Foto di Antonella Aravini

Le feste non finiscono mai

Un po' come gli esami, solo che per affrontare occasioni conviviali e brindisi vari con la giusta carica potete contare sul ricettario di Alice Cucina, ricco di buoni… "auspici" per il 2015! Le lasagne sono di rigore, per le feste comandate, cosicché la creatività della nostra "sfoglina" ufficiale, Cristina Lunardini, si è sbizzarrita in rosette, nidi e girelle di pasta fresca, golosamente farciti di radicchi e besciamelle, deliziosamente serviti "in piedi", in tutto il loro succulento fulgore. Un altro prezioso corredo dei festeggiamenti in corso è il burro alla *maître d'hôtel* proposto in sei raffinate aromatizzazioni e altrettanti abbinamenti di ricette da – manco a dirlo! – Daniele Persegani, suo grande fautore. Imperdibile il menu della tombolata, una lauta merenda con piatti abbinati ai numeri della Smorfia (con cui potrete anche giocarvi la fortuna…) e i premi dei vincitori da confezionare in casa: dalla salsa verde per bolliti, ai preparati per il caffè energizzante, la cioccolata, la tisana di frutta in tazza, o a quello per i biscotti. I grandi classici di Capodanno ci sono tutti, rielaborati a dovere: linguine con mazzancolle e broccolo romanesco (con tanto di consiglio sommelier per il vino da abbinare); trota, aringa e altre raffinatezze affumicate per un brindisi in "smoking"; cotechino e zampone augurali proposti in strepitose rivisitazioni. Non mancano le proposte di "superfood", autentici concentrati di salute e di gusto, perfetti per rifarsi degli eccessi natalizi, senza rinunciare ai piaceri del palato: i risotti "verdi" dell'orto di Sergio Maria Teutonico, le sfiziosità a base di batata rossa di Mattia Poggi e le variazioni su tema radicchio, o pasta con cavoli e verze.
Dolci di grande appeal, sia nel caso delle raffinate creazioni al cioccolato di Gianluca Aresu, sia in quello dei dessert casalinghi di Felicetta Argentino, che per il nuovo anno si è prodigata con fenomenale fantasia.

La Redazione

GENNAIO '15

LA NOSTRA CUCINA

COVER
Foto e styling di Elisa Andreini
per la giacca si ringrazia All'Atelier
(Rancate, Svizzera)

LE RUBRICHE

I PROTAGONISTI DI QUESTO NUMERO

Tantissime ricette di **ANTIPASTI, PRIMI PIATTI, SECONDI, CONTORNI, PIATTI UNICI, DOLCI E DESSERT.** E ancora: **CUCINA PER BAMBINI, SINGLE, COPPIE, VEGETARIANI.** E tutte le notizie sulla **NUOVA STAGIONE TELEVISIVA di ALICE.**

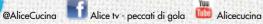
L'ITINERARIO

INDICE RICETTE A PAG. 10
INDIRIZZI UTILI A PAG. 188
INDICE ALFABETICO RICETTE A PAG. 189

SCOPRI LA VERSIONE **TABLET**

Scarica l'app gratuita di **Alice Cucina**: avrai la comodità di un magazine sempre a portata di mano e in più ricchi contenuti multimediali.

SEGUICI SU

 @AliceCucina Alice tv - peccati di gola Alicecucina

Alice Cucina e Alice Tv sono presenti su tutti i social network, segui gli aggiornamenti, le ricette, i protagonisti ai fornelli su Facebook, Twitter, Youtube e Pinterest, entra nella community delle nostre cucine postando le tue foto, commentando i piatti e suggerendo i tuoi ingredienti!

REDAZIONE
via Tiburtina 924, 00156 Roma
tel. +39 06.43.22.42.19 fax +39 06.43.22.47.14
staff.alicemagazine@ltmultimedia.tv
DIRETTORE RESPONSABILE
Valter La Tona
VICEDIRETTORE
Giulia Macrì - *giulia.macri@ltmultimedia.tv*
CAPOREDATTORE
Francesco Monteforte Bianchi - *francesco.monteforte@ltmultimedia.tv*
REDAZIONE
Emanuela Bianconi - *emanuela.bianconi@ltmultimedia.tv*
SEGRETERIA DI REDAZIONE
Luisa Sbroscia - *luisa.sbroscia@ltmultimedia.tv*
GRAFICA
Francesca Ottaviano - *francesca.ottaviano@ltmultimedia.tv*
Fabrizio Giannese, Nicoletta Micheli, Alessia Carrozzi, Antonella Aravini
HANNO COLLABORATO
Alessandro Apolito, Gianluca Aresu, Felicetta Argentino, Monica Bianchessi, Fabio Campoli, Michele Chinappi, Maria Elena Curzio, Giovanni Gandino, Susy Grossi, Roxana Mara Liche, Cristina Lunardini, Giuseppe Nocca, Cristiano Nosari, Gianluca Nosari, Santo Pennisi, Daniele Persegani, Massimo Piccheri, Mattia Poggi, Lucia Sardo, Luisa Sbroscia, Sergio Maria Teutonico, Antonio Totaro

FOTO
Elisa Andreini, Antonella Aravini, Silvia Censi, Marina Della Pasqua, Angela De Santis, Claudia Gargioni, Luca Lupori, Massimiliano Rella, Sabrina Rossi

LT EDITORE srl
Società controllata da LT Multimedia spa
LT MULTIMEDIA spa
via Tiburtina 924, 00156 Roma
tel. +39 06.43.22.41- fax +39 06.43.22.47.14
Presidente: Maurizio Senese
Vice Presidente: Corrado Azzolini
Vice Presidente: Luciano La Tona
Amministratore Delegato: Carlo Gianani
Relazioni Esterne: Giacomina Valenti - *giacomina.valenti@ltmultimedia.tv*
Ufficio Stampa: Cristina Ruscito - *cristina.ruscito@ltmultimedia.tv*

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA
LT PUBBLICITÀ srl
Sede Milano - via Boccaccio, 4 - 20123 Milano
tel. +39 02.55.410.829 - fax +39 02.55.410.734
Sede Roma - via Tiburtina, 924 - 00156 Roma
tel. +39 06.43.224.436 - fax +39 06.43.224.757
DIREZIONE COMMERCIALE
Area Centri Media - Key Client
Luciano Pedrini - *luciano.pedrini@ltmultimedia.tv*
Area Clienti
Paolo Tosetti - *paolo.tosetti@ltmultimedia.tv*
AREA TEMATICA E TERRITORIALE
Raffaele Taliercio - *raffaele.taliercio@ltmultimedia.tv* - tel. +39 02.55.41.08.15

STAMPA
Grafica Veneta S.p.A.
via Malcanton, 2 - 35010 Trebaseleghe (Pd)
tel +39 049.9319911- fax +39 049.9385760
www.graficaveneta.com

DISTRIBUZIONE ITALIA
M-DIS Distribuzione Media spa
via Cazzaniga, 19 - 20132 Milano
tel. +39 02.25.821
DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE
JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA spa
via Valparaiso, 4 - 20144 Milano
tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30

Numero 1 - Anno VIII - Gennaio 2015
Reg. Trib. Roma N° 305/2008 del 18 Settembre 2008

FINITO DI STAMPARE Dicembre 2014

SERVIZIO ABBONAMENTI E ARRETRATI
Informazioni: tel. 039 99.91.541- fax 039 99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

bartolini
firenze
i Tecnici della Cucina
Bartolini Firenze - Via dei Servi, 72R - 50124 - Firenze - www.bartolinifirenze.it - tel. 055 29 14 97

ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

PIZZE PANE E TORTE SALATE

DOLCI E DESSERT

ROSETTE D'INVERNO

CHIAMATE ROSETTE A MODENA, NIDI DI RONDINE IN ROMAGNA, E ANCORA GIRELLE O LASAGNETTE GIRATE, QUESTE DELIZIE DI PASTA FRESCA VENGONO TRADIZIONALMENTE FARCITE CON PROSCIUTTO E FORMAGGIO. ARROTOLATE DELICATAMENTE E POI DISPOSTE IN PIEDI NELLA PIROFILA, IN ATTESA DEL PASSAGGIO FINALE IN FORNO, CONQUISTANO PER I SAPORI SUBLIMI E LA FORMA ELEGANTE E ACCATTIVANTE. CRISTINA LUNARDINI CE NE PROPONE BEN SETTE VERSIONI DIVERSE, TUTTE GHIOTTISSIME E DI GRANDE EFFETTO

di EMANUELA BIANCONI; ricette di CRISTINA LUNARDINI - foto e styling di ELISA ANDREINI (cover story) e MARINA DELLA PASQUA (ricette e step); per la giacca di Cristina Lunardini si ringrazia All'Atelier (Rancate, Svizzera)

Lasagnette girate radicchio e gambuccio con riduzione al balsamico (pag 16)

(pag 16)

ALICE TV

Vi sono piaciute queste lasagnette? Allora non potete perdervi "Le mani in pasta": Cristina Lunardini ci svelerà tutti i segreti per preparare una sfoglia a regola d'arte. Tutti i giorni, ore 17.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre)!

Lasagnette girate radicchio e gambuccio con riduzione al balsamico

Ingredienti (per 4 persone)

700 g di radicchio trevigiano
150 g di gambuccio di prosciutto
1/2 bicchiere di vino rosso
1 rametto di rosmarino
2 scalogni; burro
parmigiano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la pasta
220 g di farina di tipo 1
50 g di semola; 3 uova

per la besciamella
1/2 l di latte; 50 g di burro
40 g di farina
100 g di montasio
sale e pepe

per la riduzione al balsamico
125 g di aceto balsamico
2 cucchiaini di miele
1 cucchiaio di zucchero
3 chiodi di garofano
cannella in stecche
3 bacche di ginepro

Preparazione

1. Disponete le due farine a fontana, unite al centro le uova e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; dategli forma di palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti. Stendete la pasta in una sfoglia sottile, quindi ricavate tanti rettangoli lunghi 15 cm e larghi 7,5 cm.

2. Per la farcia: pulite il radicchio e tagliatelo a spicchi; grigliatelo su una piastra ben calda e tagliatelo a listerelle. In una padella fate rosolare gli scalogni tritati con un filo di olio; unite il gambuccio, tagliato a listerelle, e fate rosolare. Aggiungete il radicchio e il rosmarino, sfumate con il vino e portate a cottura. Salate e pepate.

3. Per la besciamella: scaldate in una casseruola il burro, unite la farina e fate tostare. A parte fate scaldare il latte e unitelo al burro cotto. Portate a cottura, mescolando in continuazione con una frusta, e fate cuocere per 5 minuti su fuoco basso. Regolate di sale e di pepe, e incorporate fuori dal fuoco il montasio grattugiato.

4. Per la riduzione: in una casseruola fate ridurre della metà l'aceto balsamico con il miele, i chiodi di garofano, la cannella, lo zucchero e le bacche di ginepro pestate. Lessate le lasagne in acqua bollente e salata; scolatele al dente, facendo attenzione a non romperle, e raccoglietele man mano in una ciotola con acqua e ghiaccio per bloccarne la cottura. Stendete le sfoglie su un canovaccio pulito, spolverizzato con un po' di parmigiano per evitare che si attacchino, e fatele asciugare.

5. Velate le sfoglie con la besciamella, cospargete con la farcia al radicchio e arrotolate. Trasferite i rotoli ottenuti in frigorifero per 1 ora. Imburrate una pirofila da forno e velatela con un po' di besciamella. Disponete i rotoli nella pirofila, ben affiancati, e cospargete con parmigiano grattugiato e burro a fiocchetti. Infornate in forno già caldo a 180 °C per circa 15 minuti. Quando saranno ben dorati, levate e servite con la riduzione al balsamico.

Girelle di pasta con zucca gorgonzola e salsiccia

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di zucca
300 g di gorgonzola
200 g di salsiccia
2 spicchi di aglio
brodo vegetale
parmigiano grattugiato
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la pasta
50 g di farina di semola di grano duro
250 g di farina 00; 3 uova

per la besciamella
400 g di latte; 35 g di farina
35 g di burro; noce moscata
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta: disponete le due farine a fontana, unite al centro le uova e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; dategli forma di palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti. Stendete la pasta in una sfoglia sottile, quindi ricavate tanti rettangoli lunghi 15 cm.

2. Per la farcia: in una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite la zucca, pulita e tagliata a cubetti, e fate soffriggere per qualche minuto. Bagnate con un bicchiere di brodo e fate cuocere per una decina di minuti. Salate e pepate. Spellate e sgranate la salsiccia, quindi fatela saltare in padella, senza aggiungere grassi; spegnete e tenete da parte.

3. Per la besciamella: scaldate in una casseruola il burro, unite la farina e fate tostare. Versate il latte caldo, profumate con la noce moscata e, mescolando in continuazione, fate cuocere per 5 minuti su fuoco basso. Salate, pepate e spegnete.

4. Lessate le lasagne in acqua bollente e salata; scolatele al dente e raccoglietele man mano in una ciotola con acqua e ghiaccio. Stendete le sfoglie su un canovaccio pulito, spolverizzato con un po' di parmigiano, e fatele asciugare.

5. Amalgamate la zucca con la salsiccia e qualche cucchiaio di besciamella; aggiustate infine di sale e di pepe. Spalmate la farcia sulle sfoglie e cospargete con il gorgonzola a fiocchetti. Arrotolate le sfoglie e tagliatele a tronchetti. Imburrate una pirofila da forno, velate con un po' di besciamella e disponete i nidi di rondine; cospargeteli con la besciamella restante e con il parmigiano, e fate gratinare a 180 °C per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, portate in tavola e servite.

Girelle di pasta con zucca gorgonzola e salsiccia

SCUOLA DI CUCINA

Rosette con radicchio robiola e mandorle

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di radicchio di Treviso
2 scalogni
100 g di ricotta
250 g di robiola
50 g di mandorle tostate a lamelle
parmigiano grattugiato
chiodi di garofano in polvere
burro; sale e pepe

per la pasta

50 g di farina di semola di grano duro
250 g di farina 00
3 uova

1

PREPARATE LA SFOGLIA

Disponete le due farine a fontana, unite al centro le uova e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; dategli forma di palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia sottile, quindi ricavate tanti rettangoli lunghi 15 cm e larghi 7,5 cm.

LESSATELA E ASCIUGATELA

Lessate le lasagne in acqua bollente e leggermente salata; scolatele al dente, facendo attenzione a non romperle, e raccoglietele man mano in una ciotola con acqua e ghiaccio per bloccarne la cottura. Stendete le sfoglie su un canovaccio pulito, spolverizzato con un po' di parmigiano per evitare che si attacchino, e fatele asciugare.

2

3

FARCITE E ARROTOLATE

Tritate gli scalogni e fateli soffriggere con 40 g di burro; unite il radicchio, mondato e tagliato a listerelle, regolate di sale e di pepe, e fate cuocere per una decina di minuti su fiamma vivace. Mescolate la ricotta e la robiola con un pizzico di chiodi di garofano. Aggiungete il radicchio e aggiustate di sale e di pepe. Spalmate la farcia sulle lasagne, quindi arrotolatele su se stesse.

COMPLETATE E CUOCETE

Aiutandovi con un pennello da cucina, imburrate per bene una pirofila da forno; disponete i rotolini ottenuti e cospargete la superficie con abbondante parmigiano e le mandorle a lamelle. Infornate in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate, portate in tavola e servite.

4

Anelli di sfoglia verde gratinati con verza e salmone

(pag 22)

GUARDA LA VIDEORICETTA

Nidi di rondine con funghi e ricotta

(pag 22)

Anelli di sfoglia verde gratinati con verza e salmone

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di salmone fresco
250 g di foglie di verza
1 rametto di rosmarino
200 g di salsa di pomodoro
500 g di panna fresca
parmigiano; burro
olio aromatizzato all'aglio
sale e pepe bianco

per la pasta
2 uova; 250 g di farina
50 g semola di grano duro
80 g di spinaci già lessati

Preparazione

1. Per la pasta: disponete le due farine a fontana, unite al centro le uova e gli spinaci, tritati, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; dategli forma di palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti. Stendete la pasta in una sfoglia sottile, quindi ricavate tanti rettangoli lunghi 15 cm.

2. Lessate le lasagne in acqua bollente e salata; scolatele al dente e raccoglietele man mano in una ciotola con acqua e ghiaccio. Stendete le sfoglie su un canovaccio, spolverizzato con un po' di parmigiano e fatele asciugare. Sbollentate le foglie di verza in acqua salata; scolatele, raccoglietele in una ciotola con acqua fredda e fatele asciugare su un canovaccio pulito. Disponete le foglie di verza sopra le lasagne e farcite con il salmone a fettine e la salsa di pomodoro. Salate, pepate, condite con un filo di olio e il rosmarino e arrotolate le lasagne su se stesse.

3. Tagliate i rotolini a metà e disponeteli nelle cocotte ben imburrate; nappate con la panna fresca, cospargete con altro parmigiano e fate gratinare in forno a 180 °C per 10-15 minuti. Levate e servite.

Nidi di rondine con funghi e ricotta

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di funghi misti
150 g di ricotta; 1 scalogno
50 g di prezzemolo tritato
parmigiano; olio extravergine
sale e pepe

per la pasta
50 g di farina di semola di grano duro
250 g di farina 00; 3 uova

Preparazione

1. Per la pasta: disponete le due farine a fontana, unite al centro le uova e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; dategli forma di palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti. Stendete la pasta in una sfoglia sottile, quindi ricavate tanti rettangoli lunghi 15 cm.

2. Per la farcia: in una padella fate soffriggere lo scalogno tritato con un filo di olio; unite i funghi, mondati e tagliati a dadini, e fateli saltare a fuoco moderato per una decina di minuti. Salate, pepate e spegnete. In una ciotola raccogliete i funghi, la ricotta, il prezzemolo tritato e il parmigiano grattugiato, e amalgamate accuratamente. Trasferite in frigorifero a riposare.

3. Lessate le lasagne in acqua bollente e salata; scolatele al dente e raccoglietele man mano in una ciotola con acqua e ghiaccio. Stendete le sfoglie su un canovaccio pulito, spolverizzato con un po' di parmigiano, e fatele asciugare. Spalmate la farcia sulle sfoglie, tenendone da parte un po' per la guarnizione, arrotolatele e tagliatele a tronchetti. Con un sac à poche create su ogni tronchetto uno spuntone di farcia. Disponete i nidi in una teglia da forno imburrata, cospargete con abbondante parmigiano e fate gratinare a 180 °C per circa 15 minuti. Sfornate e servite.

Nidi di rondine con cime di rapa ricotta salata e pomodorini

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di cime di rapa
150 g di ricotta salata
10 pomodorini secchi
1 scalogno
3-4 acciughe sott'olio
parmigiano grattugiato
burro; besciamella
olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la pasta
50 g di farina di semola di grano duro
250 g di farina 00; 3 uova

Preparazione

1. Per la pasta: disponete le due farine a fontana, unite al centro le uova e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; dategli forma di palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti. Stendete la pasta in una sfoglia sottile e ricavate tanti rettangoli lunghi 15 cm.

2. Per la farcia: pulite e mondate le cime di rape, quindi lessatele in acqua salata, scolatele e tritatele finemente. In una padella fate scaldare un filo di olio; unite lo scalogno tritato e le acciughe, e lasciate insaporire. Aggiungete le cime di rapa e fatele saltare per una decina di minuti. Salate e pepate.

3. Lessate le lasagne in acqua bollente e salata; scolatele al dente e raccoglietele in una ciotola con acqua e ghiaccio. Stendete le sfoglie su un canovaccio pulito, spolverizzato con un po' di parmigiano, e fatele asciugare. Unite qualche cucchiaiata di besciamella alle cime di rapa. Spalmate la farcia sulle sfoglie e cospargete con i pomodorini a listerelle e la ricotta grattugiata. Arrotolate le sfoglie e tagliatele a tronchetti. Disponeteli in una teglia, ben imburrata, cospargete con la besciamella e il parmigiano, e fate gratinare a 180 °C per circa 15 minuti. Levate.

Nidi di rondine con cime di rapa ricotta salata e pomodorini

Rosette al forno con prosciutto e formaggio

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di prosciutto cotto tagliato sottile
300 g di fontina a fettine sottili
parmigiano grattugiato
besciamella

per la pasta
250 g di farina 0
50 g di farina di semola; 3 uova

Preparazione

1. Per la pasta: disponete le due farine a fontana, unite al centro le uova e impastate energicamente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; dategli forma di palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia sottile, quindi ricavate tanti rettangoli lunghi 15 cm e larghi 7,5 cm.

2. Lessate le lasagne in acqua bollente e leggermente salata; scolatele al dente, facendo attenzione a non romperle, e raccoglietele man mano in una ciotola con acqua e ghiaccio per bloccarne la cottura. Stendete le sfoglie su un canovaccio pulito, spolverizzato con un po' di parmigiano per evitare che si attacchino, e fatele asciugare.

3. Farcite le lasagne con un pochino di besciamella e le fette di prosciutto e fontina, quindi arrotolatele su se stesse. Velate una pirofila da forno con un po' di besciamella, quindi disponete le roselline mettendole in piedi. Cospargete con altra besciamella e spolverizzate con abbondante parmigiano. Infornate in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per circa 20-25 minuti. Quando saranno ben gratinate, levate, portate in tavola e servite.

ABBONATI! SCEGLI L'OFFERTA FINO AL 60% DI SCONTO

12 NUMERI DI ALICE + 6 NUMERI DE I QUADERNI a soli 45,00 euro oppure 12 NUMERI + 12 NUMERI DE I COLORI DELLA CUCINA a soli 54,00 euro

Ricevere ALICE CUCINA comodamente a casa tua è facile e conviene. Con l'abbonamento a 12 numeri si ha diritto a ricevere gratuitamente 6 numeri de "**I Quaderni**" oppure 12 numeri de "**I Colori della Cucina**"

• COME ADERIRE ALL'OFFERTA

SMS

MANDA UN SMS AL NUMERO **331 9914493**
Inserisci i tuoi dati anagrafici e la pubblicazione.
COME ESEMPIO: ROSSI MARIO!VIA MILANO 3!00184!ROMA!RM!ALICE CUCINA!IQUADERNI oppure ICOLORI

INTERNET

COLLEGATI AL SITO **http://shop.ieoinf.it/sitcom**

TELEFONO

CHIAMA IL NUMERO **039 9991541**
Dal lunedì al venerdì, 9 -13/14 -18

FAX

INVIA UN FAX AL NUMERO **039 9991551**

CONTO CORRENTE

VERSAMENTO SUL C/C POSTALE N. **56427453** INTESTATO A:
Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC) (indicare causale)

POSTA

COMPILA E INVIA IL TAGLIANDO VIA POSTA (ANCHE FOTOCOPIA):

I MIEI DATI

COGNOME ____

NOME ____

VIA ____ N° ____

CAP. ____ LOCALITÀ ____ PROV ____

PRESSO ____

EMAIL ____

TEL. ____

IeO Informatica e Organizzazione S.r.l.
Via F.lli Cernuschi, 22 - 23807 Merate (LC)
Tel. 039 9991541 - Fax 039 9991551 (servizio cortesia)
Orari: 9 -13 / 14 -18 dal lunedì al venerdì

*Abbonamento per l'estero a 12 numeri (per i residenti della Zona1- Europa) al costo di 129,90 euro.

ALICE CUCINA + I QUADERNI

12 NUMERI + 6 NUMERI

45,00* 12 ALICE CUCINA + 6 QUADERNI SPESE DI SPEDIZIONE INCLUSE

INVECE DI **54,00** EURO + 12 NUMERI
32,40 EURO + 6 QUADERNI
22,32 EURO = SPESE DI SPEDIZIONE
~~108,72~~ EURO

*Offerta valida fino al 31 gennaio

ALICE CUCINA + I COLORI DELLA CUCINA

12 NUMERI + 12 NUMERI

54,00* 12 ALICE CUCINA + 12 COLORI SPESE DI SPEDIZIONE INCLUSE

INVECE DI **106,80** EURO + 12 ALICE CUCINA + 12 COLORI
30,48 EURO = SPESE DI SPEDIZIONE
~~137,28~~ EURO

*Offerta valida fino al 31 gennaio

12 ALICE CUCINA + 6 QUADERNI A SOLI € 45,00

12 ALICE CUCINA + 12 COLORI A SOLI € 54,00

Gennaio

ALICE DAY BY DAY

LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB	DOM
29	30	31	1 Sveglia con calma e un bel brunch. Un'idea golosa? Ferratelle dolci e salate (le trovate su Alice Cucina del mese di novembre!).	2	3 Vacanze esotiche? Contro il jet lag ci vogliono carboidrati. Lo rivelano alcuni ricercatori della Yamaguchi University.	4
5	6 Arriva la Befana! Per i bimbi, l'ennesima occasione di festa. Oltre al classico carbone, regalate golosi biscottini a tema.	7	8	9 Zero Branco (Tv) ospita la 22ma Mostra del radicchio di Treviso igp tardivo. Tante ricette a tema radicchio a pag. 104.	10	11 Appassionati di sci di fondo? Appuntamento a Casies (Bz), in Val Pusteria per la "maratona dei canederli": 42 km di percorso con pit stop nei rifugi. L'assaggio è obbligatorio!
12	13	14	15	14 Per digerire e contro il raffreddore: mettete in infusione in 2 dl di acqua bollente un po' di zenzero grattugiato. Filtrate, unite il succo di 1/2 limone e 1 cucchiaino di miele.	17	18
21 Gennaio, un mese del cavolo! Nel senso che cavoli broccoli & co. sono protagonisti in cucina. Con la pasta, per esempio, sono un must. Qualche idea a pag. 72.	20	21	22 Invitate gli amici più cari per una cena a tema confort food. Con una stracciatella alla romana (v. pag. 151) li conquisterete!	23	24	25
26	27	28 Un cibo, 7 virtù. Parliamo delle mandorle che sono: anti invecchiamento, anti colesterolo, pro intestino, pro buonumore... La dose consigliata? Otto al dì!	29	30	31 Nel sestiere veneziano di Cannaregio si inaugurano le celebrazioni per il Carnevale. Il tema di quest'anno è la golosità. Per soddisfare la vostra, andate a pag. 182.	1

I RISTORANTI SELEZIONATI DA FERRARELLE.

IL MERCANTE

Il ristorante, a due passi dalla città e dalla zona produttiva di Prato, è dotato di ampio parcheggio con possibilità di cenare all'aperto, unisce un arredamento moderno e funzionale ad una cucina di alto livello e d'innovazione. A pranzo, per chi vuole coniugare velocità e qualità al giusto prezzo, il ristorante offre la formula del business lunch a prezzo fisso oltre al menu alla carta. La sera il locale si esprime al meglio, con le grandi luci che illuminano il verde circostante, ed una cucina giovane che varia in base alle stagioni e al pescato.

Il Mercante
Via Traversa Crocifisso, 47 - 59100 Prato (PO)
Tel 0574 627174
www.ristoranteilmercanteprato.it | ristoranteilmercante@yahoo.it

TENUTA DEGLI ANTICHI SAPORI

Tenuta degli Antichi Sapori nasce da una antica arte gastronomica tramandata da generazioni. Si estende per circa 50000mq immersa in un ampio spazio verde, un oasi di pace nel cuore di Villaricca, ad appena qualche chilometro dalla citta di Napoli. Offre cibi casarecci e tutte le specialità della tradizione enogastronomica campana, come la vera mozzarella di bufala campana e vini doc. Gli ambienti della tenuta sono molto accoglienti e sono costituiti da tre sale. Alla Tenuta degli Antichi Sapori potrai rendere indimenticabili semplici giornate o i momenti più belli della tua vita come matrimoni, battesimi, comunioni e compleanni.

Tenuta Degli Antichi Sapori
Via Bologna, 112/114 - Villaricca (NA)
Tel 081 8189526 - Cell 334 3449888
info@tenutadegliantichisapori.it

RISTORANTE MANGIAFUOCO

Mangiafuoco è il locale ideale per soddisfare ogni tipo di palato dai piatti genuini al gluten free. Locale minimal con personale educato e accogliente. A tavola a farla da padrone sono gli sfizi fritti, preparati con prodotti di qualità. I primi vengono preparati con paste lavorate completamente a mano; le pizze farcite con i condimenti più curiosi come il purè, vengono preparate dopo una lunga lievitazione naturale e rigorosamente cotte in forno a legna dal nostro pizzaiolo napoletano. Ottime anche le carni, con una vasta selezione, provenienti da varie parti del mondo.
I dolci fatti in casa sono una conclusione eccellente di una cena che non dimenticherete facilmente.

Ristorante Mangiafuoco
Via Chiana 37, Roma
Tel 06 85357255
www.mangiafuoco.org

RISTORANTE DA NINO

Il ristorante è situato in via Merulana, al centro di Roma, tra San Giovanni e Santa Maria Maggiore. Ambiente piccolo ma accogliente dotato di aria condizionata, wi-fi e tavoli all'esterno. L'ambiente è ben curato, il servizio professionale e cordiale. Oltre alla pizza offre una vasta gamma di primi e secondi di carne e di pesce tra cui: calamarata con alici e pecorino, cacio e pepe, gricia, rombo al forno con patate, straccetti rucola e pecorino.

Ristorante Da Nino
Via Merulana, 74 - 00185 Roma
Tel 06 70453458
Chiuso la domenica

YUMMY!

Are you hungry? Come to Yummy ! :)
Se sei affamato e hai voglia di qualità, Yummy! è il posto giusto per te! "Yummy" vuol dire appetitoso ed è per questo che da noi potrai placare la tua fame con gusto grazie ai nostri fantastici panini totalmente Homemade cotti sulla brace e preparati ogni giorno con hamburger e pane di nostra produzione. Ma non si vive di soli panini! e per questo Yummy ti propone una selezione dei migliori piatti Tex-mex, pizza ad alta digeribilità e a lunga lievitazione cotta nel forno a legna, la migliore carne alla brace con provenienza certificata e dolci fatti in casa preparati con passione ogni giorno solo per te!

Yummy!
Via Aurelia, 350/B - 00165 Roma
Tel 06 6629383
www.facebook.com/YummyBurgerRoma

BÙ MOZZARELLA BISTROT

Il concept Bù Mozzarella Bistrot nasce da un'idea semplice ma ambiziosa: unire in un solo spazio tre realtà spesso distanti tra di loro, la produzione, la vendita e la degustazione della mozzarella. L'esperienza e la qualità dell'Industria Casearia Coppola rappresenta il fulcro del progetto: i casari ricevono il latte appena munto preparando con sapienza la mozzarella.
Con un intero piano della struttura dedicato alla produzione casearia, con standard di qualità elevati e la forza della tradizione campana, puntiamo ad offrire un'esperienza di gusto difficile da dimenticare. I prodotti arrivano freschi e pronti per essere declinati in un menu incentrato sulla qualità di materie prime accuratamente selezionate. Un sogno che si realizza: mozzarella appena fatta che si trasforma in deliziosi piatti pronti da mangiare.

BÙ Mozzarella Bistrot
Via Selva, 97 - Castello di Cisterna (NA)
Tel 081 317 72 42
info@bumozzarellabistrot.it

STARITA A MATERDEI

Starita a Materdei, nata nel 1901 come cantina, diventa poi sul finire degli anni 40 un luogo di degustazione non solo di vini, ma anche di cibi tradizionali tanto da farla diventare un po' alla volta trattoria pizzeria friggitoria.
Tanto impegno, varrà a questo locale la fama di esserre una delle migliori pizzerie della tradizione napoletana.

Starita a Materdei
Via Materdei, 27/28 - 00136 Napoli
Tel 081 5441485

Liscia, Gassata o Ferrarelle?

BURRO ALLE ERBE E COGNAC

BURRO CON FEGATINI DI POLLO

BURRO AGLI AGRUMI

il pomata!

INSAPORITO CON ERBE, AROMI E AGRUMI, IL BURRO È PROTAGONISTA DELLE IRRESISTIBILI RICETTE DI DANIELE PERSEGANI. DISPOSTO A RONDELLE, CIUFFETTI O CUBETTI, CONDISCE CARNE E PESCE ESALTANDONE SAPORI, FRAGRANZE E CONSISTENZE, E REGALANDO PIATTI DA VERI GOURMAND

di EMANUELA BIANCONI; ricette di DANIELE PERSEGANI - foto di ANTONELLA ARAVINI (ritratto) e foto e styling di ELISA ANDREINI (ricette e step)

BURRO CON PREZZEMOLO E LIMONE

BURRO ALLO CHAMPAGNE

BURRO ALL'ARMAGNAC

Gamberoni in crosta con burro alle erbe e cognac

Ingredienti (per 4 persone)

16 gamberoni già sgusciati; 2 patate già lessate
100 g di burro alle erbe e cognac
150 g di pasta sfoglia
40 g di ricotta vaccina
16 fettine sottili di pancetta arrotolata stagionata
sale e pepe

Preparazione

1. Stendete la pasta sfoglia in quadrati di 10 cm di lato e disponete sopra le patate, tagliate a fettine, e la ricotta a fiocchetti; regolate di sale e di pepe, e infornate a 180 °C per 15 minuti.

2. Avvolgete i gamberoni nella pancetta, disponeteli sopra alle sfogliatine e cuocete alla stessa temperatura per altri 7-8 minuti. A cottura ultimata, sfornate, tagliate il burro ormai rassodato a rondelle, disponetele sopra ai gamberoni bollenti e servite.

ALICE TV

Non perdetevi Franca Rizzi e il mitico chef Daniele Persegani in "Casa Alice", il contenitore di cucina più amato dai telespettatori. Tutti i giorni, ore 12.00 e 19.00, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

SCUOLA DI CUCINA

Burro alle erbe e cognac

Ingredienti (per 4 persone)

100 g di burro; 1 mazzetto di prezzemolo
1 mazzetto di erba cipollina; 1 spicchio di aglio
1/2 bicchierino di cognac; sale e pepe

1 AVVOLGETE IL BURRO AROMATIZZATO NELLA PELLICOLA

Lavorate il burro con un cucchiaio di legno per ammorbidirlo; aggiungete le erbe e l'aglio tritati finemente, regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e con il cognac, e amalgamate con le mani leggermente inumidite. Trasferite il composto al burro su un foglio di pellicola trasparente.

2 FORMATE UN ROTOLO

Avvolgete il composto al burro nella pellicola trasparente e iniziate ad arrotolare fino a ottenere un cilindro.

3 CHIUDETE

Stringete bene la pellicola ai lati e chiudete a caramella.

4 FATE ROTOLARE DI NUOVO

Una volta realizzata la caramella, fate rotolare di nuovo, prendendo il foglio di pellicola da entrambi i lati, per compattare. Mettete in frigorifero e lasciate raffreddare.

Canapè al burro "toscano"

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di fegatini di pollo
1 cipolla rossa
1 bicchiere di marsala
200 g di burro
1 filone di pane toscano
3 foglie di alloro
sale e pepe

Preparazione

1. In una padella fate appassire la cipolla, tagliata a julienne, con 50 g di burro; unite i fegatini, fateli rosolare bene e sfumate con il marsala. Profumate con l'alloro, incoperchiate e portate a cottura. Una volta cotti, togliete l'alloro e frullate il tutto con un mixer da cucina. Regolate infine di sale e di pepe.

2. In una ciotola lavorate il burro rimasto con un cucchiaio di legno per ammorbidirlo. Unite la purea di fegatini e amalgamate, mescolando energicamente. Trasferite il composto al burro su un foglio di pellicola trasparente, modellatelo come da ricetta di scuola e mettete in frigorifero a raffreddare.

3. Tagliate il pane a fette e fatele tostare leggermente in forno. Levate, posate su ogni fetta un bel medaglione di burro ai fegatini e servite.

Filet mignon con burro allo champagne

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di filetto di bovino
1 cucchiaio di farina
2 bicchieri di champagne
1 cucchiaino di senape
100 g di burro
1 scalogno
1 cucchiaino di pasta di acciughe
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate il filetto di carne in cubotti da 2 cm di lato; infarinateli leggermente e fateli rosolare in una padella con un filo di olio, la pasta di acciughe e la senape. Sfumate con un bicchiere di champagne e portate a cottura.

2. Con un mixer da cucina frullate lo scalogno; raccoglietelo in una ciotola e lavoratelo con il burro, un pizzico di sale e di pepe e lo champagne rimasto fino a ottenere una sorta di spuma. Rivoltate un sac à poche con bocchetta rigata e riempitelo con il burro servendovi di un cucchiaio. Distribuite la carne nei piatti individuali, guarnite con ciuffi di burro allo champagne e servite.

Petto di cappone alla Bourguignonne

Ingredienti (per 4 persone)

4 fette di petto di cappone
2 cucchiai di farina
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1 scalogno; 1 spicchio di aglio
1/2 bicchierino di armagnac
worchester sauce
burro; olio extravergine di oliva
sale e pepe

per le pommes nature
300 g di patate piccole e di uguali dimensioni
1 ciuffo di prezzemolo; sale

Preparazione

1. Lavorate 200 g di burro in una ciotola con un cucchiaio di legno per ammorbidirlo. Aggiungete il prezzemolo, l'aglio e lo scalogno, tritati. Salate, pepate, profumate con l'armagnac, una spruzzata di worcester sauce e amalgamate.

2. Per le pommes nature: sbucciate le patate, tornitele e cuocetele a vapore per 10-15 minuti (o comunque finché risulteranno tenere ma senza sfaldarsi). Condite con un pizzico di sale e profumate con il prezzemolo.

3. Tagliate il petto di cappone a filettini, infarinateli, eliminate la farina in eccesso e cuoceteli in una padella con burro e olio per pochi minuti. Prelevateli, asciugateli dall'unto e disponeteli in una pirofila.

4. Cospargete la carne con fiocchi di burro, che non va fatto raffreddare in frigorifero ma deve essere morbido, mettete sotto il grill del forno al massimo della temperatura e fate gratinare per pochi minuti. Levate e servite con le pommes nature.

Spigola in tecia con burro agli agrumi

Ingredienti (per 4 persone)

4 spigole piccole già eviscerate
1 cipolla rossa
100 g di burro
2 arance
2 limoni
1 bicchierino di cointreau
2 rametti di timo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Grattugiate la scorza delle arance e dei limoni. Pelate al vivo gli agrumi e tagliateli a spicchi. Lavorate il burro con un cucchiaio di legno. Unite la scorza grattugiata, il liquore, il timo tritato, sale e pepe e amalgamate con le mani leggermente inumidite. Trasferite il composto al burro su un foglio di pellicola trasparente, modellatelo come da ricetta di scuola e mettete in frigorifero a raffreddare.

2. Pulite le spigole, squamatele e togliete le pinne; tagliate a fettine la cipolla rossa e distribuitela su quattro cartocci di carta fata. Condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Mettete sopra le spigole e trasferite tutto in una teglia da forno.

3. Mettete gli spicchi di limone e arancia nella pancia delle spigole e infornate il tutto a 200 °C per 20 minuti. Levate, distribuite i cartocci nei piatti individuali, apriteli, disponete sulle teste delle spigole una bella rondella di burro agli agrumi e servite.

Scaloppa di rombo alla Maître Hotel

Ingredienti (per 4 persone)

4 filetti di rombo
2 cucchiai di farina
2 limoni
100 g di burro
2 cucchiai di prezzemolo tritato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavorate il burro con un cucchiaio di legno per ammorbidirlo. Aggiungete il prezzemolo, il succo e la scorza grattugiata di 1 limone e amalgamate. Con una spatola distribuite il burro in piccoli contenitori per fare il ghiaccio a cubetti, mettete in frigo e lasciate raffreddare.

2. Infarinate leggermente i filetti di rombo, salate, pepate e fateli soffriggere in una padella con un filo di olio caldo e il succo del limone restante. Levate, distribuite i filetti nei piatti individuali e guarnite con un cubetto di burro. Portate in tavola e servite.

la SMORFIA a TAVOLA

UN'ALLEGRA MERENDA CON TOMBOLATA INSIEME AD AMICI E PARENTI, IN UN AMBIENTE RICCO DI RISATE E CONVIVIALITÀ. QUALE OCCASIONE MIGLIORE PER REALIZZARE UN MENU DI BUON AUGURIO CON I NUMERI DELLA SMORFIA NAPOLETANA? E AI FORTUNATI VINCITORI TANTI REGALINI GHIOTTI E CONFEZIONATI A MANO

di MARIA ELENA CURZIO - foto e styling di ELISA ANDREINI

*Maria Elena Curzio, napoletana doc, è presidente e fondatrice dell'Associazione Nazionale Cuoche a Domicilio. Il suo sito è www.associazionenazionalecuocheadomicilio.it

TOMBOLATA
per 12... giocatori
RUM BRÛLÉE ALLE SPEZIE
800 ml di centrifugato di mela 1,30 €
250 ml di rum 2,00 €
100 ml di succo di arancia 0,50 €
2 cucchiai di zucchero di canna 0,50 €
anice stellato 0,50 €
cannella, noce moscata e semi di anice (dispensa)
TÈ DI MELE
bucce di mela (riciclo)
SGONFIOTTI
2 uova 0,20 €
100 ml di latte 0,20 €
100 g di Farina 0,30 €
Erbe aromatiche e sale (dispensa)
BUCCE DI PATATE AROMATIZZATE
100 ml di olio di semi di arachide 0,50 €
1 vasetto di senape 2,00 €
miele 3,00 €
paprica e cumino (dispensa)
RUSTICI
400 g di farina 0,50 €
150 g di strutto 1,00 €
100 g di zucchero 0,25 €
1 uovo 0,25 €
200 g di ricotta 1,50 €
1 uovo 0,25 €
80 g di salame Napoli 1,00 €
80 g di provolone 1,00 €
40 g di pecorino 0,50 €
sale e pepe (dispensa)
MINIRÖSTI DI VERDURE
400 g di patate 1,50 €
2 carote 0,20 €
1 uovo 0,30 €
sale, pepe e rosmarino (dispensa)
TRAMEZZINI CON BURRO ALL'ANETO E CETRIOLI
12 fettine di pane per tramezzini 1,00 €
50 g di burro 0,25 €
1 cetriolo 0,50 €
aneto (dispensa)
BISCOTTI AL TÈ MATCHA E ZENZERO
300 g di farina 0,25 €
60 g di maizena o fecola di patate 0,30 €
8 cucchiaini di tè matcha 2,00 €
200 g di zucchero di canna 0,50 €
100 g di burro 0,50 €
2 uova 0,20 €
bicarbonato, zenzero e latte di mandorle (dispensa)
FRITTELLE DI FARINA DI CASTAGNE RICOTTA E MELAGRANA
farina di castagne 3,00 €
150 gr di ricotta 1,00 €
1 melagrana 1,50 €
sale e miele (dispensa)
TORTA DI MELE
120 g di zucchero 0,30 €
3 uova 0,20 €
100 g di burro 0,20 €
2 mele 0,30 €
lievito, latte, cannella e zucchero di canna (dispensa)
Totale circa 33 euro
TOMBOLA!

Rum brûlée alle spezie - rum: gioie vicine n° 38

Ingredienti

800 ml di centrifugato di mela (conservare le bucce)
250 ml di rum
100 ml di succo di arancia
1 cucchiaino di cannella in polvere
3 stecche di cannella
1 cucchiaino di semi di anice
1 pizzico di noce moscata
2 cucchiai di zucchero di canna
6 fiori di anice stellato

vi servono inoltre

stecche di cannella
qualche fiore di anice stellato

Preparazione

1. In una casseruola raccogliete il centrifugato di mela (tenete da parte le bucce), il rum e lo zucchero, mettete sul fuoco e portate a bollore fino a completo scioglimento. Togliete dal fuoco e aggiungetevi il succo di arancia e le spezie. Mescolate e lasciate in infusione per almeno un'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, filtrate e trasferite in una brocca termica; aggiungete qualche stecca di cannella e qualche fiore di anice stellato, e servite ben caldo.

Menu
per 12 persone

Rum brûlée alle spezie
Tè di mele
Sgonfiotti
Rustici
Bucce di patate aromatizzate
Minirösti di verdure
Tramezzini con burro all'aneto e cetrioli
Biscotti al tè matcha e zenzero
Frittelle di farina di castagne ricotta e melagrana
Torta di mele

Tè di mele - tè: riposo, salute n° 29

Ingredienti

bucce di mela (essiccate in forno)
acqua

Preparazione

In una casseruola versate 1 l di acqua, mettete sul fuoco e portate a bollore; aggiungete due cucchiai abbondanti di bucce di mela, mescolate e lasciate in infusione per una decina di minuti. Filtrate e servite. Non serve zuccherare il tè perché le bucce di mela sono dolci e aromatiche.

Sgonfiotti - vivacità di pensiero n° 46

Ingredienti

2 uova
100 ml di latte
100 g di farina
1 cucchiaio di erbe aromatiche a piacere (dragoncello, aneto, erba cipollina...)
sale

Preparazione

1. In una ciotola rompete le uova e, aiutandovi con un frusta, sbattetele con un pizzico di sale; versate a filo il latte e mescolate. Incorporate gradualmente la farina e le erbe aromatiche tritate, amalgamate accuratamente.

2. Distribuite il composto ottenuto in 12-15 pirottini medi, trasferite in una teglia da forno e infornate a 180 °C per circa 15-20 minuti. Quando saranno ben colorati e gonfi, levate e servite.

Bucce di patate aromatizzate - **bucce di patate: autorità n° 19**

Ingredienti

le bucce di 400 g di patate
2 cucchiai circa di miele
2 cucchiai circa di senape di Digione
100 ml di olio di semi di arachide
paprica
cumino

Preparazione

1. Aiutandovi con uno spazzolino, sciacquate accuratamente le patate, asciugatele con carta assorbente da cucina e sbucciatele (tenete da parte le patate per la ricetta dei ministrösti di verdure). In una ciotola mescolate per bene l'olio di semi con la senape, il miele, il cumino macinato e la paprica.

2. Stendete le bucce delle patate in una pirofila da forno, rivestita con carta forno; ricoprite completamente con il condimento e infornate in forno già caldo alla massima temperatura fino a quando non saranno ben dorate e croccanti. Trascorso il tempo di cottura, levate e servite.

Rustici

fare della pasticceria, scoperta di un segreto, buon esito di un'impresa n° 3

Ingredienti (per 16 rustici)

per la pasta frolla
400 g di farina
150 g di strutto (o burro)
100 g di zucchero
1 uovo

per il ripieno
200 g di ricotta
1 uovo
80 g di salame tipo Napoli
80 g di provolone
40 g di pecorino
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta frolla: in una ciotola raccogliete la farina, lo zucchero, l'uovo e lo strutto, e impastate velocemente fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Nel frattempo preparate il ripieno: in una ciotola setacciate la ricotta e unite l'uovo, il pecorino grattugiato e il provolone e il salame, tagliati a dadini; amalgamate accuratamente. Regolate di sale e di pepe. Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla in una sfoglia sottile. Con un coppapasta tondo ricavate tanti dischetti.

3. Con i rebbi di una forchetta bucherellate leggermente metà dischetti; distribuite sopra noci di ripieno e coprite con gli altri dischetti. Sigillate bene i bordi e forate leggermente la pasta. Trasferite i rustici in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Levate, lasciate intiepidire e portate in tavola.

10

Minirösti di verdure

- verdure: viaggio di piacere n°

Ingredienti

400 g di patate già sbucciate; 2 carote; 1 uovo
1 rametto di rosmarino; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Con una grattugia a fori medi grattugiate le patate crude e raccoglietele in una ciotola; conditele con un pizzico di sale e lasciatele riposare per una decina di minuti, quindi strizzatele per bene e asciugatele con un canovaccio.

2. Spuntate le carote e raschiatele, quindi grattugiatele e unitele alle patate. Aggiungete l'uovo, profumate con una macinata di pepe e il rosmarino tritato, e amalgamate. Con il composto ottenuto formate tanti dischetti (da circa 6 cm di diametro).

3. Rivestite una teglia con un foglio di carta forno, ungete con un filo di olio e disponete i dischetti. Infornate in forno già caldo alla massima temperatura e fate cuocere per circa 15 minuti, o comunque fino a quando saranno ben dorati. Levate e servite.

Tramezzini con burro all'aneto e cetrioli

- cetrioli: amicizia vicina n°

Ingredienti

12 fette di pane per tramezzini
50 g di burro
1 cetriolo
aneto (in alternativa dragoncello o erba cipollina)

Preparazione

1. Tagliate le fette di pane nelle due diagonali, così da ottenere quattro piccoli triangoli. Con un cucchiaio lavorate il burro fino a ottenere una crema morbida; profumate con l'aneto tritato e amalgamate ancora.

2. Sbucciate il cetriolo e fatelo a fettine sottilissime. Spalmate il burro sui triangolini di pane e completate con qualche fettina di cetriolo. Coprite con pellicola trasparente, per non farli seccare, e trasferite in frigo fino al momento di servire.

Il tè matcha

È un potente antiossidante, ricco di vitamine B1, B2 e C, betacarotene, favorisce lo stato vigile, riduce la sensazione di fame ec è disintossicante.

Biscotti al tè matcha e zenzero - pasticceria: buone notizie e profitti n° 23

Ingredienti

300 g di farina
60 g di maizena o fecola di patate
2 cucchiaini rasi di bicarbonato
4 cucchiaini di zenzero in polvere
8 cucchiaini di tè matcha
200 g di zucchero di canna
100 g di burro
2 uova
6 cucchiai di latte di mandorle (o di riso o vaccino)

Preparazione (per circa 20 biscotti)

1. Togliete il burro e le uova dal frigorifero un'ora prima della preparazione. In una ciotola miscelate tutti gli ingredienti secchi (tranne lo zucchero); in un'altra ciotola mettete il burro ammorbidito e lo zucchero, e montate fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

2. Incorporate le uova, un po' alla volta, agli ingredienti secchi e mescolate con un cucchiaio di legno; versate infine il latte e amalgamate ancora fino a ottenere un impasto omogeneo. Con le mani leggermente inumidite formate tante palline di impasto, grandi come una noce.

3. Foderate una teglia con carta forno, disponete le palline di impasto, distanziandole un pochino l'una dall'altra, e schiacciatele leggermente. Infornate in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti.

Frittelle di farina di castagne ricotta e melagrana

- *castagna: viaggio con vantaggi n°* **37**

Ingredienti

200 g di farina di castagne; 1 pizzico di sale; 150 g di ricotta 1 melagrana; 2 cucchiaini di miele; burro; olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Setacciate la farina di castagne in una ciotola, unite due cucchiai di olio e il sale, e mescolate per bene. Versate infine l'acqua necessaria a ottenere una pastella fluida e omogenea, e amalgamate ancora.

2. Versate la pastella ottenuta in una teglia, rivestita con carta forno e imburrata; infornate in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere per 5-7 minuti. Levate e lasciate intiepidire. Con un tagliapasta tondo o una tazzina da caffè ricavate tanti dischetti.

3. In una ciotola raccogliete la ricotta e il miele, e lavorate fino a ottenere una crema morbida. Adagiate al centro di ciascun dischetto una piccola pallina di ricotta, guarnite con i chicchi di melagrana e servite.

Torta di mele

- gioia e guadagno n° 20

Ingredienti

120 g di zucchero
3 uova
100 g di burro
2 mele
1 bustina di lievito
1 bicchiere di latte
1 cucchiaino di cannella
250 g di farina
zucchero di canna

vi servono inoltre

burro; farina

Preparazione

1. In una ciotola lavorate le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; unite il burro fuso e la farina, e amalgamate accuratamente. Sciogliete il lievito nel latte e incorporatelo al composto.

2. Sciacquate le mele e tagliatene una a pezzetti piccoli; raccoglieteli in una ciotola, aggiungetevi un cucchiaio di farina, uno di zucchero di canna e la cannella, mescolate bene e lasciate riposare per dieci minuti. Aggiungete i pezzetti di mela all'impasto e amalgamate per bene.

3. Versate l'impasto in una teglia, imburrata e infarinata; tagliate la mela restante a fettine sottili, disponetele con cura sulla superficie e cospargete con un cucchiaio di zucchero di canna.

4. Infornate in forno già caldo a 160 °C e fate cuocere per 35-40 minuti (verificate la cottura facendo la prova con uno stecchino). Spegnete il forno e lasciate riposare la torta per 5 minuti con lo sportello aperto. Levate e servite.

Regali per la tombola

Preparato per cioccolata in tazza

Ingredienti

180 g di cioccolato fondente
12 cucchiai di cacao amaro in polvere
4 cucchiai di zucchero di canna
8 cucchiai di zucchero
12 cucchiai di fecola di patate

Preparazione

Suddividete gli ingredienti in base al colore e riduceteli in polvere con un mixer da cucina. Distribuite gli ingredienti, mettendoli a strati, nei vasetti di vetro. Per prepararla, si dovrà aggiungere un cucchiaio da minestra di composto, scioglierlo in 200 ml di latte freddo, metterlo sul fuoco e, mescolando in continuazione, portarlo alla densità desiderata.

Preparato per biscotti fai da te

Ingredienti

300 g di farina di grano duro
4 cucchiai di bicarbonato
2 cucchiai di cannella in polvere
220 g di zucchero di canna
220 g di zucchero
250 g di cereali al cioccolato
180 g di gocce di cioccolato
200 g di farina di cocco

Preparazione

Dividete gli ingredienti in base ai colori e distribuiteli, mettendoli a strati, nei vasetti di vetro. Per prepararli, andranno aggiunti 2 uova e 300 g di burro, formate tante palline grandi come noci, schiacciatele e cuocetele in forno a 180 °C per 15-20 minuti. Con queste quantità verranno circa 40 biscotti. Confezionateli unendo la ricetta.

Salsa verde per bolliti

Ingredienti (per 2 barattoli da 200 ml)

1 mazzetto di prezzemolo
1 spicchio di aglio
1 fetta e 1/2 di pane raffermo
1 cucchiaino di latte
1/2 bicchiere di olio extravergine di oliva
1/2 bicchiere di aceto di vino bianco o di mele
2 cucchiaini di capperi sotto sale
2 acciughe sott'olio

Preparazione

Sterilizzate il barattolo e la capsula in forno già caldo a 160 °C per circa 35-40 minuti. Nel frattempo eliminate la crosta al pane e mettete la mollica in ammollo in acqua e latte. Frullate tutti gli ingredienti in un mixer da cucina, quindi trasferite la salsa ottenuta nei barattoli, fino a un cm dal bordo. Colmateli con l'olio, chiudete e lasciate riposare per un'ora. Avvolgete i barattoli in un canovaccio pulito, immergeteli in una pentola capiente piena, coprite con acqua fredda, portate a bollore e fate cuocere per 30 minuti.

Petali di frutta

Disponete le bucce di mela e pera in una teglia, rivestita con carta forno, e fatele essiccare in forno già caldo a bassissima temperatura. Levate, fate raffreddare e distribuitele nei vasetti in vetro. Aggiungendone un cucchiaio a una tazza di acqua bollente, si può preparare un infuso aromatico. Si possono tritare grossolanamente e aggiungere ai biscotti fatti in casa, o ancora far rinvenire in acqua calda e unire a un arrosto di maiale o tacchino.

Zucchero agli agrumi

Disponete le scorze degli agrumi in una teglia, rivestita con carta forno, e fatele essiccare in forno già caldo a bassissima temperatura. Levatele e fatele raffreddare, quindi sbriciolatele finemente, mescolatele allo zucchero e distribuitele nei vasetti di vetro. Preparatele almeno 20 giorni prima di regalarle, in modo che assorbano tutto l'aroma. Potete fare lo stesso aggiungendo dei boccioli di rosa: si acquistano in erboristeria.

Caffè aromatizzato

Macinate oppure fatevi macinare 1 kg di caffè in chicchi e aggiungetevi due cucchiai di cacao e spezie in polvere (cannella, anice stellato, cardamomo e noce moscata). Miscelate e distribuite nei vasetti di vetro. Chiudete e confezionate legando sul coperchio alcune zollette di zucchero.

Il cucchiaio magico

Componete a piacere una miscela di spezie ed erbe aromatiche; chiudete in un foglio di pellicola trasparente e poggiatela nel cucchiaio di legno. Unite un bigliettino con la ricetta, che dia qualche idea di utilizzo. Per la versione dolce potete preparare una miscela di zucchero di canna, cannella e bucce di mela essiccate, o zucchero, fiori di lavanda e cardamomo. Per quella salata dragoncello, buccia di limone essiccata, menta, semi di finocchio (per condire il pesce); paprica, curry, curcuma, zucchero di canna e semi di senape (per condire arrosti).

Quando lo SMOKING è di RIGORE

ARINGA, BACCALÀ, ANGUILLA E TROTA TUTTI IN VERSIONE AFFUMICATA (*SMOKED*, PER DIRLA ALL'INGLESE). SONO GLI (INSOLITI) PROTAGONISTI DI QUATTRO RICETTE SFIZIOSE E, PERCHÉ NO? ELEGANTI, IDEALI PER RENDERE I VOSTRI PARTY A BUFFET INDIMENTICABILI FIN DAL PRIMO ASSAGGIO!

di FMB - foto di ANGELA DE SANTIS e LUCA LUPORI

Crostini di baguette con burrata aringa affumicata sciocca e radicchio (pag.60)

Tartellette di polenta con baccalà affumicato e lardo di colonnata

(pag.60)

Crostini di baguette con burrata aringa affumicata sciocca e radicchio

Ingredienti (per 4-6 persone)

3 filetti di aringa sciocca (aringa leggermente affumicata)
200 g di stracciatella di bufala
2 cespi di radicchio di Treviso
1 ciuffo di prezzemolo
1 spicchio di aglio
1 baguette; aceto balsamico
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Affettate a carpaccio i filetti di aringa (le fette devono essere sottilissime). Disponetele in un piatto, condite con un filo di olio, profumate con una macinata di pepe e un po' di prezzemolo tritato, coprite con un foglio di pellicola e lasciate riposare in frigo per un'oretta.

2. Mondate il radicchio e tagliatelo a listerelle. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio schiacciato. Eliminate quest'ultimo, aggiungete il radicchio, profumate con un cucchiaio di aceto e fate cuocere a fuoco medio per una decina di minuti. Regolate di sale, riducete la fiamma e proseguite la cottura per altri 10 minuti, finché il radicchio risulterà tenero.

3. Tagliate la baguette a rondelle ovali, passate in forno già caldo a 200 °C e fate tostare. Scolate la stracciatella di bufala dal siero. Distribuitela sui crostini, aggiungete un po' di radicchio, completate con il carpaccio di aringa sciocca e servite.

Tartellette di polenta con baccalà affumicato e lardo di colonnata

Ingredienti (per 4-6 persone)

200 g di baccalà affumicato
250 g di farina di mais gialla
100 g di lardo di colonnata affettato sottile
parmigiano; burro; sale

per la salsa verde
1 fetta di pancarrè senza crosta
3-4 ciuffi di prezzemolo
1 spicchio di aglio
1 tuorlo sodo; 2-3 filetti di acciuga sott'olio; aceto
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Portate a bollore abbondante acqua bollente leggermente salata. Versate a pioggia la farina di mais e fate cuocere la polenta secondo le indicazioni sulla confezione.

2. Una volta pronta, unite 50 g di burro e un cucchiaio abbondante di parmigiano, levate dal fuoco e mantecate. Versate la polenta su un piano di marmo, leggermente inumidito e livellatela con una spatola in uno strato spesso circa 1 cm.

3. Lasciate raffreddare, quindi con un coppapasta del diametro di 6-7 cm ritagliate tanti dischetti. Foderate la placca del forno con un foglio di carta forno e disponeteci i dischetti di polenta. Mettete in forno già caldo a 180 °C e fateli dorare per 10-15 minuti.

4. Tritate il prezzemolo insieme allo spicchio di aglio e i filetti di acciuga. Imbevete il pancarré con un po' di aceto. Raccogliete il trito di prezzemolo, aglio e acciuga in una ciotola e lavorate con una frusta, aggiungendo a filo l'olio necessario a ottenere una salsina cremosa. Aggiungete il pancarré, ben strizzato, e il tuorlo, regolate di sale e amalgamate ancora.

5. Levate i crostini di polenta dal forno. Guarnite ogni crostino con 1 fettina di lardo e 1-2 fettine di baccalà affumicato. Decorate con qualche goccia di salsa verde e servite, con la salsa verde rimasta a disposizione in una ciotolina.

Ravioli all'anguilla affumicata ostriche e crema di broccoli

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di farina
2 uova; 500 g di broccoli
350 g di anguilla affumicata
12 ostriche; burro
olio extravergine; sale e pepe

Preparazione

1. Setacciate la farina a fontana sulla spianatoia. Unite la centro le uova, un cucchiaio di olio e un pizzico di sale, e impastate fino a ottenere un composto sodo; dategli forma di palla e fate riposare per mezz'ora.

2. Mondate i broccoli e riduceteli in cimette. Lessateli in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolateli (tenendo l'acqua di cottura) e passateli in acqua e ghiaccio per raffreddarli velocemente e mantenere vivo il colore verde.

3. Una volta freddi, prelevateli, raccoglieteli nel bicchiere del mixer e frullateli con un po' della loro acqua di cottura fino a ottenere una sorta di crema omogenea. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe, e frullate ancora.

4. Montate 90 g di burro fino a ottenere una sorta di spuma, aggiungete l'anguilla affumicata e frullate. Riprendete l'impasto, stendetelo in una sfoglia sottile e dividete la sfoglia a metà.

5. Distribuite noci di ripieno di anguilla al burro su una metà, a intervalli regolari. Coprite con l'altra metà, schiacciate leggermente con le dita attorno alle noci di ripieno e con una rotella dentata ritagliate tanti tortelli di circa 8 cm di lato.

6. Aprite le ostriche, conservando l'acqua contenuta, prelevate i molluschi e tritateli. Lessate i ravioloni in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolateli bene al dente e saltateli per un minuto in una padella con una noce di burro e un po' dell'acqua delle ostriche, filtrata. Distribuite un paio di ravioloni nei piattini individuali, unite un po' di ostriche tritate, colorate con una striscia di crema di broccoli e servite.

Ravioloni all'anguilla affumicata ostriche e crema di broccoli

Trota affumicata con crema di topinambur

Ingredienti (per 4-6 persone)

200 g di filetti di trota salmonata affumicata
300 g di topinambur
1 cipolla
1 bicchiere di latte
1 rametto di timo
100 g di gorgonzola dolce
4-6 fette di pancarrè
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate i topinambur e tagliateli a dadini. Affettate la cipolla e fatela appassire in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete la dadolata di topinambur, coprite con il latte, unite un paio di bicchieri di acqua e fate cuocere per una mezz'ora, o comunque finché risulteranno teneri (nel caso si asciugassero troppo bagnate con altra acqua).

2. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e con un po' di timo tritato, aggiungete un goccio di olio e frullate fino a ottenere una crema omogenea.

3. Tagliate a triangolo le fette di pancarré, tagliate a dadini il gorgonzola e distribuitelo sulle fette di pancarré, mettete in forno e fate tostare. Levate, guarnite i crostini con i filetti di trota affumicata, tagliati a fettine sottili, e servite con la crema di topinambur calda, distribuita in ciotoline individuali.

30 ANNI DI AFFETTATRICI MADE IN ITALY!
L'ALTA QUALITA' ITALIANA NELLA VOSTRA CUCINA CON UN CLICK!
VISITATE IL NUOVO STORE ESSEDUE.COM
ESSEDUE
Made in PAVIA ITALY
Made in Pavia Italy
essedue.com

QUESTO CROSTACEO VIVE SUI FONDALI E SI NUTRE DI PICCOLI ORGANISMI. DURANTE LA STAGIONE ESTIVA SI SPOSTA IN ACQUE BASSE, DOVE TROVA RIPARO VERSO ZONE PIÙ FRESCHE...

(AM)MAZZANCOLLE!

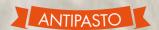
DALL'AROMA DOLCE E DELICATO, LE MAZZANCOLLE – ALIAS GAMBERI IMPERIALI NELLA REGIONE LAZIALE – SONO PROTAGONISTE DI UN MENU RAFFINATO E IRRESISTIBILE. ESALTATE DA COTTURE VELOCISSIME E SEMPLICI, E ABBINATE A PRODOTTI D'ECCELLENZA E INGREDIENTI DI NICCHIA, RIVELANO SAPORI E CONSISTENZE INASPETTATE

**a cura di EMANUELA BIANCONI; ricette di MICHELE CHINAPPI (Ristorante Chinappi di Formia - Latina)
indicazioni e tabelle nutrizionali di Giuseppe Nocca; foto e styling di ELISA ANDREINI**

LA MAZZANCOLLA: per la legge italiana con il termine "mazzancolla" si identificano due sole specie, *Penaeus Kerathurus* e *Penaeus Japonicus*; tutte le altre tipologie riportano in etichetta indicazioni aggiuntive (tropicale, atlantica, ecc.); questo crostaceo vive sui fondali e si nutre di un'ampia gamma di piccoli organismi. Durante la stagione estiva si sposta in acque basse, dove trova riparo verso zone più fresche e con una salinità più bassa. Le punte di cattura maggiori sono registrate tra la primavera e l'estate. Preferite sempre il prodotto fresco; il prodotto congelato e proveniente da acque non europee può contenere solfiti. È un alimento povero di grassi e zuccheri, e il consumo di 100 grammi di mazzancolle soddisfa il 55 per cento del fabbisogno proteico giornaliero di un individuo adulto.

VALUTAZIONE SENSORIALE: il menu si contraddistingue per una nota dominante dolciastra, grazie a ingredienti come patate e pomodori. I pomodorini da serbo, in particolare, sono una produzione di nicchia del golfo di Gaeta. Buona croccantezza, grande dolcezza e limitata acidità, grazie alla raccolta avvenuta in tarda estate e quindi in piena maturazione, sono le caratteristiche che li contraddistinguono. Il loro colore giallo intenso si armonizza pienamente con quello delle mazzancolle. Le note erbacee del broccolo romanesco sono smorzate dalla scottatura su piastra con l'olio delle colline pontine.

ABBINAMENTO A TUTTO PASTO: VINO BELLONE
L'uva è vinificata in purezza e spumantizzata con metodo classico. Il vitigno è autoctono del Lazio ed era noto già agli antichi Romani; è conosciuto da tempo con il nome più popolare di "cacchione" o "uva pane", "zinna bianca", "pacioccone". Attualmente esso viene vinificato pressoché in purezza grazie alla buona struttura e al profilo aromatico che conferisce ai suoi vini. Ottimo abbinamento con i crostacei, di cui contrasta la dolcezza con una acidità e una marcata sapidità.

Catalana di mazzancolle

Ingredienti (per 4 persone)

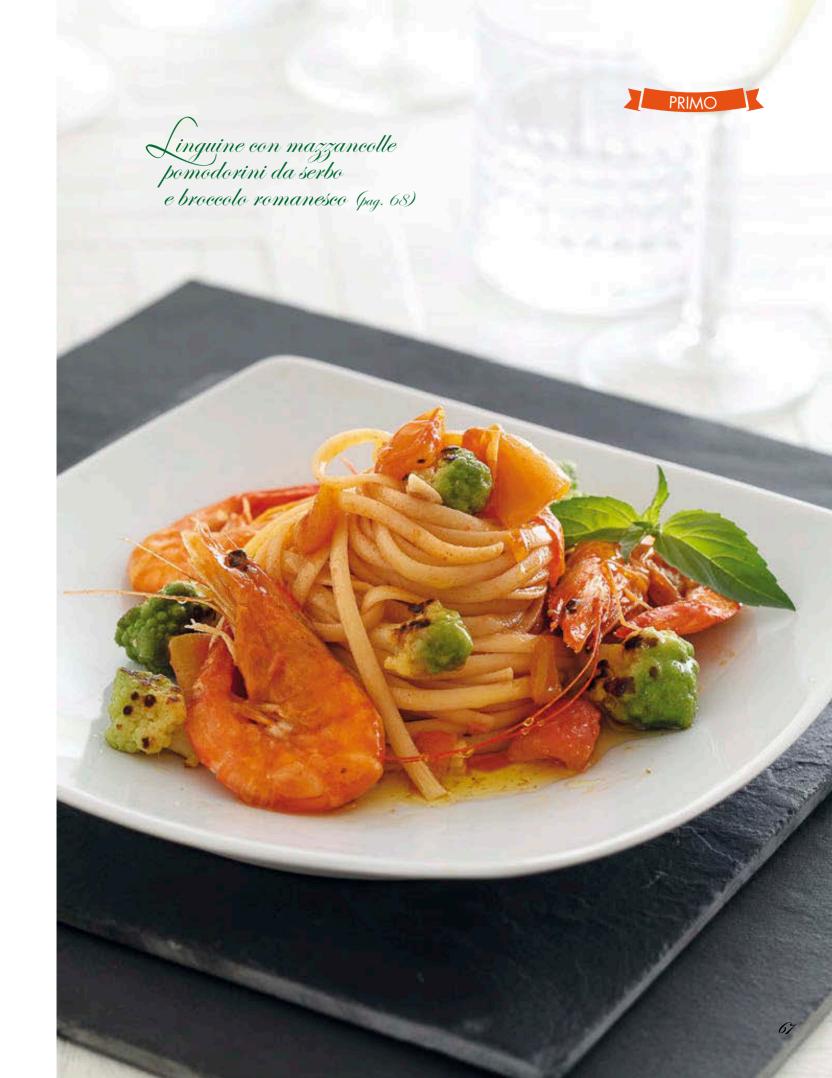
500 g di mazzancolle
200 g di patate già sbucciate
120 g di cipolle rosse di Tropea
240 g di pomodorini ciliegino
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di menta
olio extravergine di oliva (preferibilmente delle colline pontine)
sale

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le mazzancolle. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio; unite le mazzancolle e scottatele per appena due minuti. Sgusciate le mazzancolle, incidetele con un coltello lungo l'asse longitudinale ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. Raccoglietele in una ciotola, conditele con un filo di olio e un pizzico di sale e mescolate accuratamente.

2. A parte sbollentate le patate, tagliate a tocchetti, in acqua leggermente salata; scolatele e raccoglietele in una ciotola. Unite i pomodorini, fatti a dadini, e le cipolle, affettate sottilmente, e condite tutto con un filo di olio e un pizzico di sale.

3. Aiutandovi con un coppapasta, distribuite le verdure nei piatti da portata, disponete sopra le mazzancolle, guarnite con alcune foglioline di menta e servite.

Linguine con mazzancolle pomodorini da serbo e broccolo romanesco (pag. 68)

SCUOLA DI CUCINA

Linguine con mazzancolle pomodorini da serbo e broccolo romanesco

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di linguine; 320 g di mazzancolle
320 g di pomodorini da serbo
120 g di cimette di broccolo romanesco
vino bianco
olio extravergine (preferibilmente delle colline pontine); sale

1

SALTATE LE MAZZANCOLLE

In una padella versate un filo di olio, mettete sul fuoco e fate scaldare; aggiungete le mazzancolle e lasciatele cuocere per pochi minuti.

2

SFUMATE CON IL VINO

Bagnate con un goccio di vino bianco e lasciate sfumare.

UNITE I POMODORINI

A metà cottura, sciacquate i pomodorini da serbo e tagliateli a tocchetti, quindi aggiungeteli nella padella con le mazzancolle.

4

LESSATE LA PASTA E TRASFERITELA IN PADELLA

Portate a bollore abbondante acqua leggermente salata, tuffate le linguine e sbollentatele parzialmente. Scolatele, tenendo da parte un pochino di acqua di cottura, e versatele nella padella.

AMALGAMATE

Mantecate le linguine con il condimento e portate a cottura, bagnando di tanto in tanto con un goccio di acqua di cottura.

6

CUOCETE IL BROCCOLO

Nel frattempo sbollentate le cimette di broccolo in acqua leggermente salata; scolatele al dente e fatele saltare in padella con un filo di olio. Aggiustate eventualmente di sale.

7

COMPLETATE, IMPIATTATE E SERVITE

Quando le linguine saranno cotte ma ancora al dente, levate e distribuite nei piatti da portata disponendoli a nido. Guarnite con le cimette di broccolo e servite.

Mazzancolle con fagioli

Ingredienti (per 4 persone)

480 g di mazzancolle
160 g di fagioli cannellini
1 costa di sedano
1 cipolla
1 spicchio di aglio
1 rametto di rosmarino
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mettete i fagioli in ammollo in acqua per almeno 12 ore. Il giorno successivo mondate e pulite gli odori, quindi raccoglieteli in un sacchettino di garza e chiudete. In una pentola portate a bollore abbondante acqua leggermente salata, mettete il sacchettino e i fagioli, e fate cuocere per circa 20 minuti. Scolate i fagioli e teneteli da parte.

2. Sgusciate le mazzancolle, tenendo testa e coda attaccate, ed eliminate il filamento scuro dell'intestino; scaldate un filo di olio in padella, mettete le mazzancolle e scottatele per appena due minuti. Distribuite i fagioli nei vasetti di vetro (o nei piatti da portata) e disponete sopra le mazzancolle. Aggiustate di sale, profumate con una macinata di pepe e condite con un filo di olio a crudo. Guarnite con il rosmarino, portate in tavola e servite.

Gli autori di questa rubrica: da sinistra Giuseppe Nocca, lo chef Salvatore Marcia e Anna e Michele Chinappi.

VALUTAZIONE SENSORIALE-NUTRIZIONALE*

Il menu a ridotto apporto calorico si connota per un basso contenuto di carboidrati e grassi, con netta prevalenza di grassi vegetali. Molto interessante l'apporto di fibra che dovrà essere integrata con il consumo di frutta e verdura durante il resto della giornata. La sapidità complessiva scaturisce da un interessante contenuto di sali minerali (ferro e potassio) e vitamine, con ridotta presenza del sodio. Il colesterolo e le proteine di origine animali sono ai limiti, per questo il peccato di gola va compensato con altre proteine di origine vegetale nei pasti che seguono o precedono.

***Giuseppe Nocca è docente di Scienza dell'Alimentazione presso l'IPSSAR "A. Celletti" di Formia, Latina. È socio onorario della Associazione Cuochi del Golfo di Formia ed esperto di prodotti agricoli tradizionali.**

colesterolo
vitamina D
acido folico
B6
vitamina E
vitamina C
vitamina A
niacina
riboflavina
tiamina
selenio
rame
zinco
magnesio
fosforo
calcio
ferro
potassio
sodio
fibra totale
kcal
carboidrati solubili
carboidrati complessi
grassi polinsaturi
grassi monoinsaturi
grassi saturi
lipidi animali
lipidi vegetali
proteine vegetali
proteine animali

0 20 40 60 80 100 120 140 160 200

Tabella 1 - percentuale di soddisfacimento della Dose Giornaliera Raccomandata di Nutrienti a seguito della assunzione di 300 grammi di un menu composto da catalana di mazzancolle; linguine mazzancolle pomodorini da serbo e broccolo romanesco; mazzancolle e fagioli.

Cavoli, che PASTE!

APPARTENENTI ALLA GRANDE FAMIGLIA DELLE *CRUCIFERE* (O *BRASSICACEE*), CAVOLO, CAVOLFIORE, VERZA ECC. NON POSSONO MANCARE SULLA TAVOLA DI STAGIONE. UNO PERCHÉ FANNO TANTO TANTO BENE (SONO RICCHI DI VITAMINE, FIBRE E POTASSIO), DUE PERCHÉ SONO TANTO TANTO BUONI. ABBINATI POI A PASTE SECCHE DI TRADIZIONE, SONO PERSINO SUPER!

a cura della redazione - ricette e foto di CLAUDIA GARGIONI

Foto di Eleonora Vasco

Orecchiette con cime di rapa patate e salsiccia

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di orecchiette
1 mazzo di cime di rapa
300 g di salsiccia
2 patate
1 spicchio di aglio
1 pizzico di peperoncino
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate le patate e tagliatele a dadini di circa un cm; lessatele in acqua leggermente salata per 5 minuti, quindi scolatele e tenetele da parte. Sciacquate e mondate le cime di rapa; lessatele per appena due minuti nella stessa acqua delle patate, scolatele e fatele raffreddare.

2. In una padella fate rosolare l'aglio, schiacciato, con quattro cucchiai di olio e il peperoncino; unite la salsiccia, spellata e sgranata con i rebbi di una forchetta, e fate cuocere per 5 minuti mescolando in continuazione. Unite le patate e le cime di rapa, regolate di sale e di pepe e lasciate insaporire.

3. Nel frattempo lessate la pasta nella stessa acqua di cottura delle cime di rapa e delle patate, scolatela al dente e versatela in padella. Mantecate per qualche minuto, impiattate e servite.

Cavatelli con cavolo nero e ceci

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di cavatelli
500 g di cavolo nero
200 g di ceci già lessati
2 filetti di acciughe sott'olio
1 spicchio di aglio
1 pizzico di peperoncino
parmigiano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le foglie di cavolo ed eliminate la costola centrale; sbollentate le foglie in acqua leggermente salata per circa 5 minuti. Scolatele, tenendo da parte l'acqua di cottura, strizzatele e tagliatele grossolanamente.

2. In una padella fate rosolare l'aglio con quattro cucchiai di olio; unite le acciughe e fatele sciogliere mescolando con un cucchiaio di legno. Aggiungete il peperoncino, il cavolo nero e i ceci, e lasciate insaporire.

3. Nel frattempo lessate i cavatelli nell'acqua di cottura del cavolo, scolateli molto al dente e versateli in padella. Mantecate per qualche minuto sul fuoco, quindi impiattate, spolverizzate con il parmigiano e servite.

Gnocchetti sardi croccanti con broccolo romanesco uvetta e pinoli

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di gnocchetti sardi
1 broccolo romanesco
2 scalogni
1 cucchiaio di capperi sotto sale
5 cucchiai di uvetta
40 g di pinoli già pelati
50 g di pane raffermo
6 pomodori secchi sott'olio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sciacquate il broccolo e ricavatene tante cimette; sbollentatele in acqua leggermente salata per 5 minuti, quindi scolatele e tenetele da parte, conservando l'acqua di cottura. In una padella antiaderente tostate i pinoli e mettete in ammollo in acqua fredda l'uvetta per circa 15 minuti.

2. In una padella fate scaldare un cucchiaio di olio, mettete il pane raffermo, tagliato a dadini, e fate cuocere fino a quando sarà diventato ben dorato e croccante. In una padella fate appassire gli scalogni tritati con quattro cucchiai di olio; unite i pomodori secchi, scolati dall'olio di conservazione e tagliati a listarelle, le cimette di broccolo, i capperi dissalati e l'uvetta ben strizzata, e fate insaporire per pochi minuti.

3. Nel frattempo lessate la pasta nella stessa acqua di cottura del broccolo, scolatela al dente e versatela in padella. Mantecate per qualche minuto, completate con i pinoli tostati e i dadini di pane croccanti, e servite ben caldo.

BROCCOLO

Trofie al pesto di broccoli e pecorino (pag. 78)

Caserecce con verza
patate e olive (pag. 78)
CAVOLO VERZA

Trofie al pesto di broccoli e pecorino

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di trofie secche
400 g di broccolo
50 g di mandorle già tostate
40 g di pecorino romano
12 foglie di basilico
60 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe

per la guarnizione
scaglie di pecorino
mandorle a lamelle

Preparazione

1. Sciacquate il broccolo e ricavatene tante cimette; sbollentatele in acqua leggermente salata per 5 minuti, quindi scolatele, tenendo da parte l'acqua di cottura, raccoglietele in una ciotola con acqua e ghiaccio e fate raffreddare.

2. Quando le cimette di broccolo si saranno completamente raffreddate, asciugatele con cura e trasferitele in un mixer da cucina con il basilico, le mandorle, il pecorino grattugiato e l'olio fino a ottenere un pesto liscio e omogeneo.

3. Nel frattempo lessate la pasta in acqua leggermente salata, scolatela al dente e conditela con il pesto. Impiattate, guarnite con scaglie di pecorino e qualche mandorla a lamella, profumate con una macinata abbondante di pepe e servite.

Caserecce con verza patate e olive

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di caserecce
2 patate
500 g di verza
80 g di olive taggiasche snocciolate
1 cipolla rossa
1 rametto di rosmarino tritato
1 pizzico di peperoncino in polvere
40 g di provolone piccante
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Mondate e sciacquate la verza, quindi tagliatela a listarelle e sbollentatela per circa 5 minuti in acqua bollente e salata. Scolatela e tenetela da parte. Nella stessa acqua di cottura lessate le patate, sbucciate e tagliate a dadini, per circa 5 minuti. Prelevatele con un mestolo forato e riportate a bollore l'acqua di cottura.

2. In una padella fate appassire la cipolla, affettata finemente, con quattro cucchiai di olio; unite le patate e il rosmarino tritato, e fate cuocere per qualche minuto. Aggiungete le olive, la verza e il peperoncino, e lasciate insaporire.

3. Nel frattempo versate la pasta nell'acqua in ebollizione e lessatela; scolatela al dente e versatela in padella con il condimento. Mantecate per qualche minuto, spolverizzate con il provolone grattugiato e servite.

Fusilli caserecci con cavolfiore e gamberi

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di fusilli caserecci o strozzapreti
300 g di cavolfiore
300 g di gamberi
30 g di pistacchi già sgusciati
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1 spicchio di aglio
1/2 bicchierino di grappa
olio extravergine di oliva
sale e pepe rosa in grani

Preparazione

1. Sciacquate il cavolfiore e ricavatene tante cimette; sbollentatele in acqua leggermente salata per 7 minuti, quindi scolatele, tenendo da parte l'acqua di cottura, e fatele raffreddare. Sgusciate i gamberi ed eliminate il filamento scuro dell'intestino.

2. In una padella fate rosolare lo spicchio di aglio con tre cucchiai di olio e qualche grano di pepe rosa; unite i gamberi e fate insaporite per un paio di minuti. Profumate con il prezzemolo tritato, bagnate con la grappa e fate evaporare. Eliminate l'aglio, aggiungete le cimette di cavolfiore e i pistacchi tritati, e lasciate insaporire.

3. Nel frattempo lessate la pasta nell'acqua di cottura del cavolfiore, scolatela al dente e versatela nella padella con il condimento. Mantecate per qualche minuto, impiattate e servite.

Fusilli caserecci con cavolfiore e gamberi

L'ORTAGGIO DI **GENNAIO**

il CAVOLO

(Brassica oleracea)

Fa bene perché...

Ricco di potassio, acido folico, calcio, ferro, fosforo e vitamina C, è antitumorale, antinfiammatorio, antibatterico, antiossidante, depurativo e rimineralizzante. Per le sue essenze solforate – specie crudo – fa bene a pelle e anemia.

Coltiviamolo così

• **Chi pon cavolo a fine aprile, tutto l'inverno se la ride**
I cavoli si adattano a ogni tipo di terreno purché ricco di humus. L'importante è che abbiano spazio per crescere: sul balcone sceglere quindi vasi di almeno 40x40 cm e 50 cm di profondità, con terriccio di medio impasto con torba, ghiaia, sabbia.

• **La semina**
Si fa in primavera, in Luna crescente, per la verza, mentre il cavolo cappuccio si semina, in calante, da maggio a luglio, in autunno o primavera a seconda delle varietà. I semi si ricoprono con uno strato di terra di circa 2 cm. Si annaffia quando il terreno è asciutto. Una volta spuntate le piantine, si diradano lasciando una distanza di almeno 20 cm tra l'una e l'altra.

• **Raccolta e conservazione**
Si fa in varie epoche, dall'autunno all'inverno, scegliendo teste di almeno 12 cm di diametro, in Luna crescente. I cavoli si consumano freschi o si conservano sott'aceto. Il cavolo cappuccio, a striscioline, si fa anche fermentare per preparare i deliziosi "crauti".

Curiosario

In Germania si mangia a Natale un contorno di cavolo. Questo perché l'ortaggio è per il suo colore verde simbolo di denaro, come lo è anche in Irlanda e negli Stati Uniti.

Nel cestino del mese

• **Ortaggi:** aglio, carciofi, cardi, carote, catalogna, cavolfiori, cavolini di Bruxelles, cavolo broccolo, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cime di rapa, cipolle, finocchi, indivie, lattughe, porri, radicchi rossi, rape, sedano, spinaci, valerianella.
• **Frutta:** arance tarocco, cedri, limoni, pompelmi, mandarini, clementine, mele golden e delicious, kiwi e pompelmi.
• **Aromi:** prezzemolo, rosmarino e salvia.

> **"Per mandare i malanni al diavolo, ricorda le virtù del cavolo"**

La dispensa

Semplicemente crauti
Mettete sul fondo di una botticella da 5 litri del sale marino grosso. Collocatevi uno strato di foglie di cavolo cappuccio lavate, asciugate e tagliate a striscette. Spolverizzate con sale, mescolato, volendo, a bacche di ginepro, coriandolo, chiodi di garofano, alloro, timo. Procedete con gli strati di cui l'ultimo sarà di cavolo. Chiudete con un coperchio che entri nella botte con sopra un peso. Il coperchio scenderà lentamente. I crauti saranno pronti in 4-5 settimane.

Almanacco Barbanera nel 1847

Il travaso dei Vini deve farsi nella Luna Vecchia di Gennaio, in giornate buone, spirando il vento di tramontana.

Tradizione e segreti

Legumi secchi
Un tempo banditi dalle cucine a favore di quelli in scatola già lessati, oggi i legumi secchi, pur richiedendo più tempo e attenzioni, stanno recuperando terreno. Lavateli e poi metteteli in ammollo in acqua tiepida con un pizzico di bicarbonato. La durata dell'ammollo varia da legume a legume. Ad esempio, ceci e fagioli richiedono una notte. Trascorso il tempo sciacquateli e metteteli a cuocere in acqua fredda: ci vuole più di un litro d'acqua per 1/2 chilo di legumi. Aggiungete il sale solo verso fine cottura: si eviterà così l'indurimento delle bucce.

RISO a CAPODANNO?

SI RIDE TUTTO L'ANNO! A PATTO DI REALIZZARE RISOTTI A REGOLA D'ARTE. GRAZIE AI CONSIGLI D'ORO DI SERGIO MARIA TEUTONICO E ALLE SUE GUSTOSE RICETTE, IN CUI I PREZIOSI CHICCHI VENGONO ABBINATI A ORTAGGI DI STAGIONE E MANTECATI CON FORMAGGI (FRESCHI E STAGIONATI) D'ECCELLENZA, SARÀ UN GIOCO DA RAGAZZI... PARDON DA CHEF!

a cura della redazione; ricette di SERGIO MARIA TEUTONICO - foto e styling di ELISA ANDREINI; si ringrazia Ceramiche Bizzirri per i piatti

LE DIECI REGOLE D'ORO:

1. il brodo non va salato;
2. una parte di riso, tre parti di brodo: questa è la corretta proporzione;
3. il brodo deve bollire nel momento in cui lo aggiungete al riso;
4. il riso non deve essere al dente ma a cottura "giusta";
5. gli ingredienti che via via aggiungete, escluso il brodo, devono essere a temperatura ambiente e non freddi di frigorifero;
6. mescolate in continuazione il risotto, per tutta la cottura;
7. mantecate sempre con una noce di burro, il formaggio invece non è obbligatorio;
8. il risotto non si serve all'onda;
9. le varietà di riso migliori sono il super fine o semi fine, basmati o thai non vanno bene;
10. se gli ospiti sono in ritardo, potete mantenere la cottura del riso se non lo mescolate, prima di servirlo, aggiungete un pochino di brodo per "rigenerarlo".

Risotto con barbabietole salsiccia e provola affumicata

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di riso Arborio
200 g di provola affumicata
100 g di barbabietole
200 g di salsiccia luganega
1 cipolla piccola
1 spicchio di aglio
1,5 l di brodo vegetale
80 g di pinot grigio
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. In una casseruola fate rosolare l'aglio tritato con un filo di olio; unite le barbabietole, tagliate a cubetti, e fate saltare velocemente su fuoco vivace. Regolate di sale e di pepe e togliete le barbabietole. Nella stessa padella fate rosolare, senza aggiungere altro olio, la salsiccia privata del budello e sgranata con le dita (piccolo trucco: dopo averla privata del budello, bagnate la salsiccia. In questo modo si frantumerà molto facilmente evitando grumi nel risotto).

2. Quando la salsiccia sarà ben cotta, sfumate con il vino e lasciate evaporare. Spegnete il fuoco e lasciate riposare. Preparate un trito finissimo di cipolla e fatelo appassire dolcemente con un filo di olio e una noce di burro; unite le barbabietole cotte e il riso, e mescolate con cura, su fuoco vivace, finché il riso non sarà "traslucido".

3. A questo punto unite la salsiccia e un mestolo di brodo vegetale bollente, mescolate delicatamente, abbassate la fiamma e portate a cottura aggiungendo altro brodo man mano che viene assorbito. Regolate eventualmente di sale. Una volta cotto, togliete dal fuoco e mantecate con una noce di burro e la provola, grattugiata grossolanamente. Impiattate, profumate con una macinata abbondante di pepe e servite.

Risotto con robiola e melagrana

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di riso Baldo
2 melagrane
100 g di robiola
100 g di grana grattugiato
2 scalogni
1 ciuffo di prezzemolo
1,5 l di brodo di pollo
50 g di olio extravergine di oliva
sale e pepe

per il brodo di pollo

2 cosce di pollo; 1 patata
1 costa di sedano
1 carota; 1 cipolla

Preparazione

1. Per il brodo: in una casseruola mettete le cosce di pollo e gli odori, mondati e tagliati grossolanamente; coprite con abbondante acqua, mettete sul fuoco e fate cuocere per circa un'ora e mezza. Quando il brodo sarà pronto, filtratelo e recuperate le cosce di pollo; disossatele e tritatele finemente al coltello.

2. Tagliate a metà le melagrane nel senso della lunghezza, quindi, tenendo la parte tagliata nel palmo della mano, battete con un cucchiaio sulla buccia della melagrana: i chicchi si staccheranno velocemente e con facilità. Recuperate i due terzi dei chicchi, frullateli, passateli al setaccio e tenete da parte il succo.

3. Lavorate la robiola con un cucchiaio, regolate di sale e di pepe e profumate con un po' di prezzemolo tritato. Tritate finemente gli scalogni e fateli appassire in una casseruola con un filo di olio; unite il riso, mescolate con cura e fate tostare. Sfumate con il succo di melagrana e salate.

4. Quando il succo di melagrana sarà evaporato, proseguite la cottura del riso aggiungendo il brodo man mano che viene assorbito. A tre quarti di cottura, unite il pollo tritato e portate a cottura. Togliete dal fuoco, incorporate la crema di robiola e il grana, e mantecate. Impiattate, guarnite con qualche chicco di melagrana, una spolverizzata di prezzemolo e una macinata di pepe, e servite.

Risotto verde con bruss e finferli

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di riso Carnaroli
150 g di broccoli
1 porro
1,5 l di acqua di cottura dei broccoli
50 g di bruss di Castelmagno
100 g di grana
250 g di finferli
1 spicchio di aglio
1 rametto di timo
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lessate i broccoli in abbondante acqua non salata, quindi scolateli, tenendo da parte l'acqua di cottura dei broccoli, e frullateli fino a ottenere una crema liscia e omogenea. Regolate di sale e di pepe.

2. Pulite accuratamente i finferli, affettateli e fateli saltare in padella con un filo di olio, l'aglio e il timo. Una volta cotti, tritatene i due terzi e tenete da parte quelli restanti per la decorazione finale. In una casseruola fate sciogliere una noce di burro su fuoco dolcissimo; unitevi il porro, affettato sottilmente a rondelle, e lasciate appassire.

3. Aggiungete il riso nella casseruola e fatelo tostare a fuoco medio. Aggiungete i finferli, sfumate con un mestolo di acqua dei broccoli e fate cuocere per circa dieci minuti aggiungendo altra acqua man mano che viene assorbita. A questo punto unite la crema di broccoli e portate a cottura. Togliete dal fuoco e mantecate con il burro, il grana e il bruss. Impiattate, guarnite con il timo e i finferli, e servite.

Risotto alle verze ciccioli d'oca e formaggio di capra

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di riso Vialone nano
300 g di verza
100 g di ciccioli di oca
200 g di formaggio di capra semi stagionato
1,5 l di brodo vegetale
100 g di vino bianco
100 g di grana grattugiato
2 rametti di rosmarino
1 spicchio di aglio; 1 cipolla
burro; olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate sottilmente la verza e fatela saltare in padella con lo spicchio di aglio, un filo di olio e un rametto di rosmarino per una decina di minuti (la verza dovrà appassire senza rosolare).

2. Preparate un trito di cipolla e fatelo appassire in una casseruola con una noce di burro e un filo di olio. Unite il riso e fatelo tostare fino a quando apparirà "traslucido". Quando il riso sarà tostato, aggiungete la verza appassita, mescolate velocemente, sfumate con il vino e lasciate evaporare. Fate cuocere il riso aggiungendo il brodo caldo man mano che viene assorbito. A tre quarti di cottura, aggiungete i ciccioli tenendone alcuni da parte. Regolate di sale e di pepe.

3. A fine cottura, togliete dal fuoco e mantecate con una noce di burro, il grana e il formaggio di capra grattugiato. Impiattate, guarnite con i ciccioli tenuti da parte e un rametto di rosmarino, e servite.

COME RISOTTO COMANDA

DALLA CASSERUOLA PER CUOCERLO FINO AL CUCCHIAIONE PER IMPIATTARLO, ECCO TUTTI GLI STRUMENTI PER REALIZZARE UN RISOTTO IMPECCABILE

di EMANUELA BIANCONI

1. Semplice ed essenziale, il cucchiaio da servizio per risotto di **Alessi** è realizzato in un unico pezzo di acciaio inossidabile 18/10 con la coppa. Prezzo: 30 euro. **2.** Di piccole dimensioni e dal design accattivante, la risottiera di **Brandani** permette di realizzare risotti impeccabili ma anche di scaldare pane e brioche, e di far lievitare impasti. Prezzo: 45 euro. **3.** La pentola con coperchio di **Wald** fa parte della collezione Sapore & Benessere. Il calore si distribuisce in maniera omogenea e cuoce ogni cibo dolcemente, conservando intatto il sapore. Prezzo: 79,90 euro. **4.** Per impiattare risotti e piccoli sformati di riso, ecco le formine di **Ipac**. Basta poggiarle sul piatto, riempirle di riso e il gioco è fatto. Prezzo: 5 euro (set da 3 formine). **5.** Per mantecare il risotto, fondamentale è una bella spolverizzata di parmigiano. Facile e veloce con l'innovativa grattugia di **Microplane**. Prezzo: 24,95 euro. **6.** La risottiera blu pavone di **Emile Henry** è in ceramica Flame, ideale per le cotture direttamente sul fuoco perché consente una lenta distribuzione del calore. Prezzo: 99,90 euro. **7.** Per risultati superlativi, ecco la casseruola di **Mauviel 1830** (linea M'heritage). Realizzata In rame e in acciaio, ha uno spessore di 2,5 mm e diametro di 24 cm. Prezzo: 687 euro. **8.** Per realizzare risotti impeccabili, ecco il tegame risotto di **Le Creuset**. In ghisa smaltata, diametro 24 cm e capacità 3,4 l (per 4 persone). Prezzo: 171 euro. **9.** *Bleah* è il cucchiaio per risotto di **Mepra**. Disegnato da M. Duranti, è in acciaio inossidabile 18/10 e policarbonato. Prezzo: 32 euro. **10.** Il cuociriso e cereali per microonde di **Lékué** permette di cuocere in pochi minuti riso e cereali in chicchi, servendoli direttamente in tavola nell'apposita ciotola. Prezzo: 23,80 euro. **11.** Per servire golosi risotti, il cucchiaione *Essenza* di **Bugatti**. Realizzato in acciaio inox 18/10, ha il manico in SAN trasparente con sfumature di colore. Prezzo: 15,90 euro. **12.** Il fiore di **Ipac** consente di dosare la quantità esatta di riso senza bisogno di pesarlo sulla bilancia. In acciaio. Prezzo: 6 euro.

RIPIENE di SICILIA

Anghillini al sugo
(pag. 90)

SPECIALITÀ DELLA PIÙ AUTENTICA TRADIZIONE SICILIANA, GLI *ANGHILLINI* (AGNOLOTTI SICILIANI), PASTA FRESCA RIPIENA DI DERIVAZIONE PIEMONTESE, E I *BADDOTTI*, CHIAMATI ANCHE RAVIOLI RUTTI PERCHÉ PRIVI DELL'INVOLUCRO ESTERNO DI SFOGLIA, VENGONO PREPARATI *COMME IL FAUT* DAI SIMPATICISSIMI SANTO E ADDOLORATA, PROTAGONISTI DI "MASSERIA SCIARRA"

a cura della redazione; ricette di LUCIA SARDO e SANTO PENNISI - foto di ANGELA DE SANTIS e LUCA LUPORI

Baddotti

(pag. 90)

Anghillini al sugo

Ingredienti (per 4-6 persone)

per la pasta
400 g di semola
200 g di farina
1 bustina di zafferano
sale

per la farcia
250 g di ricotta fresca
150 g di salsiccia di maiale fresca; salvia
1 pizzico di cannella
sale e pepe

per il condimento
400 g di ragù di cotenna e salsiccia di maiale (in alternativa un sugo di pomodoro e basilico)
ricotta salata

GUARDA LA VIDEORICETTA

Preparazione

1. Sciogliete lo zafferano in un bicchiere di acqua tiepida. Miscelate le due farine e disponetele a fontana; unite al centro un pizzico di sale e iniziate a impastare unendo a filo l'acqua tiepida con lo zafferano. Lavorate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo, formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per mezz'ora.

2. Setacciate la ricotta in una ciotola capiente, spellate e sgranate la salsiccia, quindi unitela alla ricotta e amalgamate accuratamente. Aggiungete la cannella, una macinata di pepe, la salvia tritata finemente e un pizzico di sale.

3. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia molto sottile. Disponete sopra noci di ripieno, distanziandole tra di loro di circa 5 cm. Ripiegate quindi la sfoglia e premete con la punta delle dita per farla aderire bene intorno al ripieno. Con la rotella dentellata ricavate tanti agnolotti di forma quadrata o rettangolare.

4. Lessate gli agnolotti in abbondante acqua leggermente salata, scolateli e conditeli con il ragù. Impiattate, cospargeteli con abbondante ricotta salata grattugiata e servite.

Baddotti

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di cicoria selvatica
100 g di caciocavallo vecchio grattugiato
2 uova; 1,5 l di brodo vegetale; caciocavallo primo sale; mollica di pane raffermo; pangrattato
erba cipollina
olio extravergine di oliva
sale e pepe

GUARDA LA VIDEORICETTA

Preparazione

1. Mondate e lavate per bene la cicoria, quindi tritatela con una mezzaluna; mettete in ammollo in acqua tiepida la mollica del pane raffermo (appena quest'ultima avrà assorbito tutta l'acqua, sarà diventata una pastella); incorporate le uova, il caciocavallo vecchio grattugiato e un pizzico di sale.

2. Il composto dovrà risultare abbastanza compatto: se così non fosse, aggiungete un po' di pangrattato. Unite la cicoria selvatica tritata e amalgamate accuratamente. Con le mani bagnate formate tante palline delle dimensioni di una noce. Quando tutto l'impasto sarà esaurito, tuffate le palline nel brodo bollente e fatele cuocere.

3. Nel frattempo in una padella fate scaldare un filo di olio con l'erba cipollina tritata. Quando le palline saliranno a galla, scolatele e fatele rosolare per pochissimi minuti nella padella con l'olio e l'erba cipollina. Levate, impiattate e cospargete i ravioli con il caciocavallo primo sale grattugiato e una macinata di pepe. Portate in tavola e servite.

TRA PARENTESI

Per evitare che la pasta fresca si rompa, buttatela delicatamente in pentola un minuto prima che l'acqua cominci a bollire. La pasta ripiena è cotta quando si gonfia un po' sul ripieno.

SALMONE...

Ecco un esempio di ciò che potete realizzare con il **salmone norvegese KV Nordic**:

PATATE AL CARTOCCIO CON SALMONE NORVEGESE

Ricetta per 4 persone

Ingredienti: 500 g di salmone norvegese KV Nordic; 6 patate di media misura ben lavate con la buccia

per il burro alle erbe: 200 g di burro morbido
1 spicchio di aglio tritato finemente
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1 cucchiaio di basilico tritato

per la salsa al rafano: 50 g di radice di rafano grattugiata; 200 g di panna semimontata; qualche goccia di limone; sale

Preparazione:
Per il burro: lavorate il burro morbido con una spatola unendovi le erbe aromatiche. Avvolgete le patate lavorate in fogli di alluminio, unite il burro alle erbe (circa 1 cucchiaio per patata), chiudete bene e cuocete in forno moderato (160-170 °C) per circa 30 minuti, controllando la cottura con la punta di un coltello. Aprite la carta, adagiate le fette di salmone norvegese e un cucchiaio di salsa al rafano. Servite immediatamente.

BLOG SI MANGIA!
www.alice.tv
www.associazionenazionalecuocheadomicilio.it
www.silviacensi.com
http://scacciaestrudel.blogspot.com
http://blog.alice.tv/giampa/

...CAVIALE...

Approfittate degli ultimi scampoli festivi per gustare il caviale **Pacific Royal**. Ottenuto dallo storione bianco, si distingue per le sue uova di grande diametro, dal colore grigio scuro e dalla irresistibile fragranza. Da Cavalier Caviar club.

...UN BRINDISI AL NUOVO ANNO...

Mater Matuta - Doppia Magnum è il top della gamma dei Vini di Casale del Giglio, composto da Syrah (85%) e Petit Verdot (15%). Un vino di grande complessità e carattere, di colore rubino cupo, densissimo, con tannini dolci e profumi intensi di marasca e spezie che ben si presta a lunghi invecchiamenti. Per un capodanno davvero speciale.

... E UN REGALO DI STILE

Chivas 12 Made for Gentlemen by Bremont è lo speciale whisky in edizione limitata nato dalla collaborazione tra Chivas e Bremont, rinomato brand britannico famoso in tutto il mondo per la creazione di cronometri di precisione. Armonia ed eleganza si fondono in questo prodotto per un regalo di stile.

HAKUNA Batata

TUBERO DALLE MILLE VIRTÙ (NON PER NIENTE L'ASSOCIAZIONE STATUNITENSE CSPI L'HA INSERITA AL PRIMO POSTO NELLA CLASSIFICA DEI VEGETALI PIÙ SALUTARI AL MONDO), LA BATATA ROSSA È ANCHE E SOPRATTUTTO BUONA. NON CI CREDETE? *HAKUNA BATATA*! PROVATE LE RICETTE DI QUESTE PAGINE E CI SAPRETE DIRE….

di FMB - foto di ANGELA DE SANTIS e LUCA LUPORI

Gallette croccanti di batata alla paprica *(pag. 94)*

Risotto alla batata e gorgonzola piccante
(pag. 94)

Gallette croccanti di batata alla paprica

Ingredienti (per 6 persone)

2-3 batate rosse
40 g di parmigiano grattugiato
1 uovo
paprica
olio di semi di arachide
fleur de sel e pepe

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le batate e asciugatele con carta assorbente da cucina. Sbucciatele e passatele a una grattugia a fori grossi (le patate grattugiate dovranno risultare a filetti sottili). Raccoglietele in una ciotola, unite il parmigiano e l'uovo, leggermente sbattuto, profumate con un po' di paprica e una macinata di pepe, e mescolate accuratamente.

2. Scaldate abbondante olio in una padella e friggete il composto preparato, pochi mucchietti alla volta (cercate di schiacciarli leggermente per formare delle gallette prima di tuffarli nell'olio), girandoli a metà cottura. Man mano che sono pronti, prelevateli e scolateli su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine, conditeli con un pizzico di fleur de sel e servite.

Risotto alla batata e gorgonzola piccante

Ingredienti (per 6 persone)

320 g di riso
2-3 batate rosse
150 g di gorgonzola piccante stagionato
2 scalogni
1/2 bicchiere di vino bianco
1 rametto di rosmarino
brodo vegetale
parmigiano grattugiato
burro
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Sbucciate le batate, tagliatele a pezzettoni e fatele cuocere a vapore per 20-25 minuti, finché saranno ammorbidite. Al termine, schiacciatele con una forchetta. Tritate gli scalogni e fateli appassire in una casseruola con una noce di burro e un filo di olio. Unite le batate schiacciate, salate e lasciate insaporire un paio di minuti. Levate e tenete da parte.

2. Fate fondere una noce di burro in un'altra casseruola, unite il riso e fatelo tostare a fuoco vivace per un paio di minuti. Bagnate con il vino bianco e fate sfumare. Unite un mestolo di brodo bollente e proseguite la cottura del risotto, aggiungendo altro brodo, man mano che viene assorbito.

3. A metà cottura, aggiungete le batate schiacciate e un po' di rosmarino; poco prima del termine unite anche il gorgonzola, sbriciolato con le mani (tenetene da parte un po' per guarnire).

4. Levate, unite una noce di burro e un po' di parmigiano e mantecate. Distribuite il risotto in cocottine in gres, completate con un altro po' di gorgonzola sbriciolato e il parmigiano grattugiato, e servite.

Gratin di batate funghi e scamorza

Ingredienti (per 6 persone)

2-3 batate rosse
4-5 porcini
200 g di scamorza affumicata
1 spicchio di aglio
parmigiano grattugiato
burro
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate i funghi e tagliateli a pezzetti. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio. Eliminate quest'ultimo, unite i funghi e fateli trifolare per qualche minuto. Bagnate con il vino bianco, fate sfumare e completate la cottura. Al termine condite con una macinata di pepe.

2. Sbucciate le batate e tagliatele a fette sottili; affettate la scamorza e imburrate una pirofila. Disponete sul fondo uno strato di fette di batata, salate, pepate e coprite con uno strato di scamorza. Completate con uno di funghi e proseguite la sequenza degli strati fino a esaurire gli ingredienti, terminando con le batate e la scamorza.

3. Mettete la pirofila in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per 30-40 minuti. Poco prima del termine, spolverizzate con un po' di parmigiano grattugiato e passate sotto il grill. Levate, portate in tavola e servite.

Gratin di batate funghi e scamorza

Mousse di batate su crostini di pane

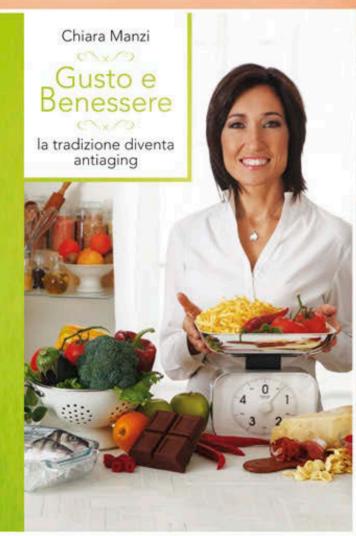
Ingredienti (per 6 persone)

1-2 batate rosse
qualche fetta di pane ai cereali
panna fresca
sale e pepe nero delle Hawaii

Preparazione

1. Sbucciate le batate, tagliatele a cubetti e raccoglieteli in una casseruola. Coprite di acqua fredda, e fate cuocere per una decina di minuti a partire dal bollore, mescolando ogni tanto. Levate, scolate la dadolata e tamponatela con un foglio di carta assorbente da cucina.

2. Raccogliete la dadolata nel bicchiere del mixer, unite 1-2 cucchiai di panna fresca e frullate fino a ottenere una mousse omogenea. Al termine salate. Ritagliate le fette di pane con un coppapasta a forma di fiore.

3. Mettete le fette di pane in forno e fatele tostare per pochi minuti. Raccogliete la mousse in un sac à poche con la bocchetta rigata e guarnite i crostini. Profumate con una macinata di pepe, portate in tavola e servite.

NON DIRE gATTÒ...

LA CELEBRE PREPARAZIONE SALATA DI ORIGINE NAPOLETANA VIENE PROPOSTA IN VERSIONE CLASSICA (MA NON TROPPO), RIVISITATA E ARRICCHITA DA COLORATE VERDURE DI STAGIONE E INFINE ANCHE... DESTRUTTURATA!

a cura della redazione - foto di SILVIA CENSI e ANGELA DE SANTIS

SCUOLA DI CUCINA

Gattò di patate alla napoletana

Ingredienti (per 6 persone)

800 g di patate bianche vecchie
800 g di patate viola
60 g di pecorino grattugiato
60 g di parmigiano grattugiato
4 uova; 150 g di burro morbido
100 g di prosciutto cotto
100 g di salame Napoli
100 g di fior di latte
100 g di provola affumicata
1 ciuffo di prezzemolo
pangrattato; latte
sale e pepe

vi servono inoltre

pangrattato; burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Ricetta di Antonio Totaro

1

LESSATE E SCHIACCIATE LE PATATE

Lavate le patate e lessatele, separatamente e con tutta la buccia, in acqua bollente e salata. Scolatele, sbucciatele ancora calde e schiacciate le patate in due ciotole separate. Lavorate le due puree con l'aiuto di un cucchiaio di legno fino a quando saranno ben amalgamate.

2

INCORPORATE GLI ALTRI INGREDIENTI

Tagliate a dadini il salame e il prosciutto, e tritate il prezzemolo; unite metà di questi ingredienti alla purea bianca e metà a quella viola. Fate la stessa cosa con il burro morbido, il parmigiano, il pecorino e le uova. Mescolate bene e aggiustate di sale e di pepe (se l'impasto dovesse risultare un po' duro, ammorbidite con un pochino di latte).

3

PASSATE AL FIOR DI LATTE

Tagliate a cubetti piccoli il fior di latte e mettetelo in un colapasta per eliminare l'acqua in eccesso; fate a dadini anche la provola affumicata. Imburrate uno stampo a cerniera (da 26 cm di diametro) e cospargetelo con il pangrattato.

4

REALIZZATE GLI STRATI E INFORNATE

Fate uno strato di almeno 2 cm di spessore con l'impasto di patate bianche; farcite con i cubetti di fior di latte e di provola e fate un secondo strato con la purea viola. Proseguite a realizzare gli strati, alternando gli impasti, fino a esaurimento degli ingredienti. Cospargete la superficie con il pangrattato e alcuni fiocchetti di burro. Fate riposare il gattò per un paio di ore in frigorifero, quindi infornate a 185 °C per 35-40 minuti. Sfornate, lasciate intiepidire, sformate e servite tiepido.

Le origini

Con il termine gattò, derivante da una storpiatura dialettale del francese gâteau (dolce, torta), a Napoli e in generale in Campania si indica una preparazione salata a base di patate schiacciate, formaggio e salumi tritati. Pare che in passato fosse una specialità delle monache clarisse, mentre un'altra versione ne fa risalire la creazione al 1768, in occasione delle nozze della regina Maria Carolina d'Austria e del re Ferdinando I Borbone. Dopo questa data, venne introdotto a Napoli il gusto francese e la città divenne luogo di confronto delle più grandi cucine europee.

Gattò destrutturato *(pag. 102)*

Gattò di patate finocchi e radicchio rosso (pag. 102)

Gattò destrutturato

Ingredienti (per 6 persone)

1 kg di patate
100 g di burro
1 rametto di timo
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate le patate e tornitele con un coltellino. Tagliatele a fettine sottili (circa 2-3 mm) aiutandovi con una mandolina. Imburrate bene il fondo e le pareti di uno stampo (da 20 cm di diametro) e sistemate sul fondo, vicino alle pareti, una corona di fette di patate, mettendole leggermente sovrapposte. Fate un secondo giro, accanto al primo, sovrapponendo le fette in senso opposto. Continuate così fino a coprire completamente il fondo dello stampo.

2. Aggiustate di sale, profumate con una macinata di pepe e qualche fogliolina di timo, e distribuite tanti fiocchetti di burro morbido. Fate un secondo strato di patate e continuate fino a esaurimento degli ingredienti. Terminate con fiocchetti di burro, premete il tutto con una spatola e coprite con un foglio di alluminio.

3. Fate cuocere in forno caldo a 180 °C per circa 35-40 minuti. Sfornate, scolate il grasso in eccesso, sformate su un piatto da portata, guarnite con il timo e servite.

Gattò di patate finocchi e radicchio rosso

Ingredienti (per 8 persone)

1,5 kg di patate
1 kg di finocchi
500 g di radicchio rosso
70 g di pancetta tesa a fette sottili
3 uova
1 scalogno
3 rametti di timo
2 ciuffi di prezzemolo
2 ciuffi di salvia
1 spicchio di aglio
40 g di mandorle già pelate
60 g di pecorino grattugiato
150 g di burro (più altro per lo stampo)
parmigiano grattugiato
pangrattato
latte
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le patate e lessatele, con tutta la buccia, in acqua bollente e salata; sbucciatele e schiacciatele raccogliendo la purea in una ciotola. Lavorate bene con un cucchiaio di legno. Tagliate a striscioline fini la pancetta tesa (lasciandone due per la guarnizione finale) e unitele, insieme al pecorino, alle patate. Incorporate 120 g di burro morbido e le uova, e mescolate; aggiustate infine di sale e di pepe (se l'impasto dovesse risultare un po' duro, ammorbidite con un goccio di latte).

2. Lavate e mondate i finocchi. Tagliateli a fette spesse circa 5-6 mm e raccoglieteli in una ciotola con acqua fredda. Nel frattempo in una casseruola fate sciogliere il burro rimanente con lo scalogno, affettato sottilmente, e il timo. Aggiungete i finocchi, salate, versate un mestolo di acqua, coprite e fate cuocere per circa 10 minuti

3. Mondate il radicchio e tagliatelo a listerelle sottili. In una padella raccogliete il radicchio e aggiungete un filo di olio e l'aglio. Profumate con il prezzemolo tritato e fate saltare velocemente per una decina di minuti. Salate e spegnete.

4. Imburrate per bene uno stampo a cerniera (da 16 cm di diametro) e spolverizzatelo con il pangrattato. Trasferitelo in una teglia più grande, rivestita con un foglio di carta forno.

5. Formate uno strato spesso almeno due cm con il composto di patate e livellate con il dorso di un cucchiaio. Farcite con i finocchi, il parmigiano grattugiato e il radicchio. Proseguite a realizzare altri due strati, terminando con il composto di patate. Infornate a 190 °C e fate cuocere per 20-25 minuti (gli ultimi 5 minuti di cottura spolverizzate la superficie con altro parmigiano).

6. Nel frattempo scaldate una padella antiaderente, disponete le fette di pancetta tenute da parte e fatele cuocere fino a quando saranno ben dorate e croccanti. Togliete la pancetta e, sempre nella stessa padella, mettete le mandorle, condite con un pizzico di sale e fatele tostare.

7. Trascorso il tempo di cottura, sfornate il gattò e trasferitelo con tutta la carta forno su un piatto da portata. Sfilate la carta e togliete delicatamente lo stampo a cerniera. Decorate la superficie con la pancetta croccante, tagliata a listerelle, qualche fogliolina di salvia e le mandorle tostate. Portate in tavola e servite.

ROSSO Superlativo

PROTAGONISTA DI STAGIONE, IL RADICCHIO E LE SUE PREGIATE VARIETÀ (TREVIGIANO, ROSSO DI VERONA, VARIEGATO DI CASTELFRANCO E DI CHIOGGIA) SONO PROTAGONISTI DI RICETTE SEMPLICI E GUSTOSE. DAL SAPORE CARATTERISTICO, PIÙ O MENO DOLCE A SECONDA DELLA TIPOLOGIA, SI PRESTA A COTTURE VELOCI, ACCOSTATO A PRIMI PIATTI E SECONDI DI CARNE, O A ESSERE CONSUMATO IN INSALATA CON FRUTTA FRESCA E SECCA

di EMANUELA BIANCONI; ricette e foto di SILVIA CENSI

Radicchio trevigiano al forno

Ingredienti (per 4 persone)

2 cespi di radicchio trevigiano
100 g di pancetta tesa a fette
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Mondate e sciacquate accuratamente il radicchio, quindi tagliate i gambi e avvolgetene ciascuno con una fettina di pancetta. Disponeteli in una teglia, rivestita con carta forno, condite con un filo di olio e infornate a 180 °C per circa 5-10 minuti.

2. Quando il radicchio sarà leggermente appassito, levate, portate in tavola e servite.

Caserecce al grano saraceno con radicchio di Chioggia e fagioli bianchi

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di casarecce al grano saraceno
1 cespo di radicchio variegato di Chioggia
400 g di fagioli bianchi già lessati
2 cipolle rosse
3 rametti di timo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Scolate accuratamente i fagioli e raccoglieteli in un mixer da cucina; versate un cucchiaio di olio e uno di acqua e frullate fino a ottenere una crema omogenea. Pulite e affettate finemente le cipolle, quindi fatele appassire in una padella con tre cucchiai di olio. Nel frattempo lessate la pasta in acqua bollente e leggermente salata.

2. Mondate e sciacquate accuratamente il radicchio, quindi tagliatelo a listerelle e unitelo in padella con le cipolle. Fate appassire per pochi minuti, unite la crema di fagioli, due cucchiai di acqua di cottura della pasta e mescolate. Regolate di sale e di pepe. Scolate la pasta al dente, versatela in padella e mantecate per un minuto. Impiattate, guarnite con foglioline di timo e servite.

Riso saltato con radicchio di Verona uvetta e semi di lino

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di riso basmati
1 cespo di radicchio di Verona
90 g di uvetta
3 cipollotti
semi di lino
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mettete in ammollo in acqua tiepida l'uvetta. Mondate e sciacquate il radicchio, quindi tagliatelo a listerelle e tenete da parte. Sciacquate accuratamente il riso basmati e mettetelo in ammollo in acqua per 20 minuti; scolatelo accuratamente e lessatelo in acqua leggermente salata per il tempo indicato sulla confezione.

2. Nel frattempo pulite i cipollotti e affettateli finemente, quindi fateli rosolare in una padella con tre cucchiai di olio per due minuti; aggiungete l'uvetta, ben strizzata, e il radicchio a listerelle e fate cuocere per altri 5 minuti. Regolate di sale e di pepe.

3. Scolate il riso al dente, versatelo in padella e fatelo saltare per pochi minuti. Guarnite con i semi di lino, condite con un filo di olio a crudo, impiattate e servite.

Padellata di salsiccia con radicchio di Chioggia

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di salsiccia
1 cespo di radicchio variegato di Chioggia
2 carote; 2 cipollotti
1 bicchiere di vino bianco
semi di sesamo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Spuntate e pelate le carote, quindi tagliatele a bastoncini. Mondate, sciacquate accuratamente il radicchio e tagliatelo a listerelle. Pulite i cipollotti, affettateli e fateli rosolare in una padella con un cucchiaio di olio. Aggiungete la salsiccia, spellata e spezzettata grossolanamente, e fate rosolare per qualche minuto.

2. Bagnate con il vino e lasciate sfumare, quindi aggiungete il radicchio a listerelle e le carote a bastoncini, e fate cuocere per altri 10 minuti (se necessario, bagnate con un goccio di acqua). Regolate di sale e di pepe. Cospargete con i semi di sesamo e portate in tavola.

Insalata di radicchio di Chioggia con arance melagrana e noci

Ingredienti (per 4 persone)

4 arance
2 cespi di radicchio variegato di Chioggia
80 g di gherigli di noce
1 melagrana
il succo di 1/2 arancia
1/2 cucchiaino di senape di Digione
olio extravergine di oliva
semi di chia; sale e pepe

Preparazione

1. Preparate una vinaigrette: emulsionate il succo di arancia con 100 ml di olio e la senape; salate, pepate e tenete da parte. Mondate e sciacquate accuratamente il radicchio, quindi spezzettate le foglie con le mani e raccoglietele in una insalatiera.

2. Tritate grossolanamente i gherigli di noce e sgranate la melagrana; aggiungete tutto al radicchio, condite con la vinaigrette e mescolate accuratamente. Sciacquate accuratamente le arance e tagliatele a fette sottili. Guarnite con le fette di arancia, spolverizzate con i semi di chia e servite.

LE ARCHITETTURE DEL VINO

"Toscana. Wine Architecture" è un circuito di 25 cantine d'autore e di design, selezionate da Ci.Vin – Società di Servizio Associazione Nazionale Città del Vino – che ha ideato il progetto, sviluppato e finanziato dalla Regione Toscana. Un percorso che si snoda tra i nuovi templi del vino progettati da grandi maestri: Mario Botta, Renzo Piano, Tobia Scarpa, per citarne solo alcuni. Edifici di altissima qualità architettonica, cui sono associate tecnologie innovative di costruzione e produzione, nonché un rinnovato rapporto estetico fra spazio di produzione e prodotto lavorato. Le cantine che hanno aderito a "Toscana.Wine Architecture" sono situate nelle 6 province toscane di **Livorno, Grosseto, Arezzo, Siena, Firenze e Pisa**. **In provincia di Firenze:** La Massa a Panzano, Antinori a San Casciano Val di Pesa; **in provincia di Grosseto:** Rocca di Frassinello a Gavorrano, Le Mortelle a Castiglione della Pescaia, Colle Massari a Cinigiano, Pieve Vecchia a Campagnatico, Tenuta dell'Ammiraglia a Magliano; in provincia di Siena: Fonterutoli a Castellina in Chianti, Montalcino e Castel Giocondo a Montalcino, Tenuta di Coltibuono a Gaiole in Chianti, Salcheto, Icario, Triacca e Dei a Montepulciano (in foto); **in provincia di Livorno:** Rubbia al Colle e Petra di Suvereto, Guado al Melo (in foto), Argentiera e Donna Olimpia a Castagneto Carducci; Fattoria delle Ripalte a Capoliveri; **in provincia di Arezzo:** Pomaio a Pomaio, Il Borro a Loro Ciufenna; **in provincia di Pisa:** Caiarossa a Riparbella e Tenuta Podernovo a Terricciola. Tutte le **25 cantine hanno aperto i battenti per visite e degustazioni.** **www.cittadelvino.com**

AROMA: CAPODANNO CON LA STELLA

Per un capodanno stellato nella capitale il **ristorante Aroma offre** una vista spettacolare sul Colosseo e sui Fori Imperiali e un menu davvero speciale. Ecco alcune tra le prelibatezze della proposta esclusiva dello chef **Giuseppe di Iorio** (in foto), che ha da poco conquistato una stella Michelin per la sua cucina raffinata: terrina di foie gras su crumble, acqua di rosmarino e gel al latte di mandorla; medaglioni di astice blu vellutata di lemon grass e perle di caviale "Beluga"; duetto di pompelmo rosa e melagrana; mousse di panettone con cremoso alla gianduia e spugna di nocciola. www.aromarestaurant.it

LA VITE DI PANTELLERIA PATRIMONIO DELL'UNESCO

L'**UNESCO** ha da pochi giorni iscritto la pratica agricola della **Vite ad Alberello di Pantelleria** tra i Beni immateriali dell'umanità, riconoscendone il valore storico-culturale. La coltivazione della vite sull'isola ha infatti modellato nel tempo il paesaggio, realizzando uno dei contesti agricoli più suggestivi al mondo. Sui terrazzamenti, spesso con pendenze estreme, la vite viene allevata al di sotto del livello del suolo, in una larga conca per riparare la pianta e i frutti dai venti di scirocco e di levante che spirano assai frequentemente e con violenza sull'isola. Questa pratica è utile anche a equilibrare lo sviluppo della parte aerea rispetto a quella radicale, in modo tale che la mano dell'uomo possa facilmente intervenire sulle vite, durante tutto il suo sviluppo vegeto-produttivo. Proprio per questo a **Pantelleria** si parla di **viticoltura eroica**: le lavorazioni, infatti, durante tutto l'anno richiedono un monte ore di lavoro, per unità impiegata, che supera di almeno tre volte quelle necessarie alla coltivazione di un normale vigneto sulla terra ferma.

CHE TOMA!

FORMAGGIO TIPICO PIEMONTESE, PRODOTTO CON LATTE CAPRINO O VACCINO A SECONDA DELLA VARIETÀ, IL TOMINO È IL CLASSICO PRODOTTO DA BANCO FRIGO, VELOCE E FACILE DA PREPARARE. VOLETE QUALCHE IDEA PER CUOCERLO E ACCOMPAGNARLO IN MODO ALTERNATIVO E STUZZICANTE? GUARDATE LE RICETTE DI MONICA BIANCHESSI!

a cura della redazione; ricette di MONICA BIANCHESSI
foto di SILVIA CENSI

Tomino in sfoglia di pasta fillo con verdure in agrodolce

Ingredienti (per 4 persone)

4 tomini; 4 fogli di pasta fillo
12 cime di cavolfiore; 2 carote
1 sedano rapa; 1 finocchio
200 g di zucca; 100 g di zucchero
1 dl di aceto di mele
30 g di pinoli già pelati
30 g di uvetta; 1 peperoncino
1 chiodo di garofano
1/2 limone; burro
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Preparate le verdure in agrodolce: pelate le carote, il sedano rapa e la zucca. Tagliate le cime di cavolfiore, le carote, il sedano rapa, il finocchio e la zucca a forme irregolari, e lessate tutto in acqua leggermente salata; scolate le verdure al dente, raccoglietele in una ciotola con acqua e ghiaccio e fatele raffreddare.

2. In una casseruola fate sciogliere lo zucchero con un filo di acqua e alcune gocce di succo di limone; quando inizia a caramellare, bagnate con l'aceto di mele e un altro goccio di acqua. Aggiungete il peperoncino, il chiodo di garofano, i pinoli e l'uvetta, e condite con un filo di olio e un pizzico di sale. Aggiungete le verdure e fate prendere il bollore, quindi allontanate la casseruola dal fuoco e tenete da parte.

3. Spennellate i fogli di pasta fillo con il burro fuso e adagiate al centro i tomini; formate quattro fagottini e disponeteli in una teglia da forno. Infornate a 210 °C per una decina di minuti, o comunque fino a quando saranno ben dorati. Sfornate e servite i tomini in sfoglia con le verdure in agrodolce.

Tomino alla pancetta con carciofi all'arancia

Ingredienti (per 4 persone)

4 tomini; 8 fette di pancetta affumicata; 1 finocchio
150 g di spinacini novelli; 1 arancia; 1 spicchio di aglio
2 carciofi mammole; 2 cipollotti; aceto balsamico
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Avvolgete i tomini con la pancetta utilizzando due fette per ognuno. Mondate e lavate il finocchio, quindi tagliatelo a fettine sottili; sciacquate accuratamente gli spinacini e tagliate i cipollotti a losanghe sottili. Raccogliete tutte le verdure in una ciotola e conditele con un filo di olio, un goccio di aceto e un pizzico di sale.

2. In una casseruola fate imbiondire l'aglio schiacciato con un filo di olio; unite i carciofi, mondati e tagliati a spicchi, salate, bagnate con un mestolino di acqua e fate cuocere per qualche minuto su fiamma medio alta. Sfumate con il succo di arancia e fate cuocere per altri tre minuti finché i carciofi risultino cotti ma croccanti.

3. Scaldate per bene una padella antiaderente, adagiatevi i tomini e fateli cuocere due minuti circa per lato. Levate, disponete i tomini caldi sulle verdure crude, condite in precedenza, e sormontate tutto con i carciofi saltati.

Panino ai semi farcito con tomino allo speck e radicchio rosso alla griglia

Ingredienti (per 4 persone)

4 tomini
1 cespo di radicchio rosso
8 fette di speck
4 panini tondi ai semi
burro

Preparazione

1. Avvolgete i tomini nelle fette di speck incrociandone due e fissando il tutto con un filo di rafia. Mondate e sciacquate il radicchio, quindi tagliatelo a spicchi. Scaldate a fuoco medio una griglia, sistemate il radicchio, poco alla volta, e grigliatelo finché si sarà ammorbidito. Sistematelo su un tagliere e tritatelo grossolanamente.

2. Scaldate una padella antiaderente a fuoco vivace, adagiatevi i tomini e fateli cuocere un minuto circa per lato. Intanto grigliate i panini, tagliati a metà, e poi spalmateli con il burro. Formate uno strato di radicchio sulla base dei panini, sistemate i tomini ben caldi, chiudete con l'altra metà e servite immediatamente.

ALICE TV

Non perdetevi Monica Bianchessi in "Pronto in tavola": in ogni puntata realizza ricette gustose e veloci utilizzando i prodotti da banco del supermercato. Pensate soprattutto per chi vive un po' di corsa ma non vuole rinunciare al piacere della tavola. Tutti i giorni, ore 18.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

Tomino al forno su cappelle di prataioli al cartoccio

Ingredienti (per 4 persone)

4 tomini
4 grosse cappelle di funghi prataioli
1 cipolla dorata
100 g di datterini
4 rametti di timo
4 fette di pane casereccio
1 spicchio di aglio
burro salato
olio extravergine di oliva
sale

GUARDA LA VIDEORICETTA

Preparazione

1. Ritagliate quattro quadrati di carta forno da 20 cm di lato. Sistemate al centro le cappelle del fungo, private del gambo e condite con un pizzico di sale, un pezzettino di burro e le foglioline di due rametti di timo. Chiudete il cartoccio e infornate a 180 °C per circa 20 minuti.

2. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e aprite il cartoccio; sistemate i tomini al centro delle cappelle e, senza chiudere la carta forno, infornate per circa altri 10 minuti.

3. Nel frattempo in una padella antiaderente scaldate un filo di olio e fatevi rosolare la cipolla, tagliata a spicchi sottili; aggiungete i gambi dei funghi tritati, il resto del timo e i datterini tagliati a metà. Regolate di sale e fate stufare a fuoco vivace.

4. Tagliate le fette di pane a bastoncini e fateli dorare in una padella con un filo di olio, l'aglio schiacciato e un pizzico di sale. Componete i piatti intervallando il pane con le verdure, sormontate il tutto con le cappelle, liberate dal cartoccio, e i tomini ben morbidi. Servite subito.

INCONTAMINATE BONTÀ

UN ANGOLO TRA ABRUZZO E MOLISE TUTTO DA SCOPRIRE, PER LA SUA CUCINA GENUINA E I PRODOTTI TIPICI, CHE MERITANO UNA SOSTA CORROBORANTE. TRA PASSEGGIATE LUNGO I BOSCHI DI "ABETI BIANCHI" E VISITE AD AGNONE, LA PATRIA DELLE CAMPANE, O AL PAESE DEI" CUOCHI DI FAMIGLIA". DA GUSTARSI AL CALDUCCIO, MAGARI IN UNA DELLE OTTIME TRATTORIE LOCALI

testo e foto di **MASSIMILIANO RELLA**

1

1. Le campane dell'Antica Fonderia Pontificia Marinelli, Agnone.
2. e 3. Le golose "campane", dolce artigianale ricoperto di cioccolato gianduia e specialità della pasticceria Labbate Mazziotta, Agnone.

2

Fa un freddo cane a **Capracotta**. I tornanti della strada ci spingono sopra i 1.420 metri, nel secondo Comune più alto dell'Appennino. Quassù d'inverno si pratica lo sci da fondo tra silenziosi boschi di faggi e abeti bianchi, ma la sera tutti rintanati in taverna o al calduccio di casa. Noi, a tentoni nella nebbia, ci rifugiamo accanto al camino dell'Elfo, accolti dallo chef Michele Sozio e dalla moglie Franca. La cena è istruttiva sul viaggio appena cominciato: una saporita zuppa di lenticchie di Capracotta con patate e cicoria selvatica; delicati ravioli con mousse di stracciata locale, granella di pistacchi, pomodorini confit e gocce di basilico; a chiudere una gustosa "pezzata", piatto della transumanza, un mix di bocconcini di pecora in brodo, saporiti e morbidissimi, che Sozio fa con le parti nobili dell'animale. Il freddo ora ci fa un baffo.

L'indomani andiamo a **Pescopennataro**, ancora avvolto tra le nuvole siderali di gennaio; un colpo d'occhio incredibile. Il paese degli scalpellini, tradizione mantenuta ormai da un solo giovane, si affaccia sulla valle del Sangro attirando nei suoi giorni migliori scalatori coraggiosi pronti ad agganciarsi come ragni alle pareti naturali a strapiombo. Una manciata di km e saltiamo sull'altra "sponda" dell'Agnonese-Medio Sangro, terra

3

Pallotte cacio e ova in sugo

Ricetta di ***Vincenzina Annecchini***
cuoca dello Sangri-la'

Ingredienti (per 3-4 persone)

100 g di mollica di pane raffermo
1/2 kg di caciotta di mucca semi-stagionata
5 uova; 1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo; olio extravergine di oliva

per il sugo

300 g di pomodoro maturo a pezzetti
3 cucchiai di olio extravergine di oliva
1 spicchio di cipolla bianca tritata

Preparazione

1 Preparate il sugo: in una casseruola fate appassire la cipolla con tre cucchiai di olio; aggiungete il pomodoro, mescolate e fate cuocere per una decina di minuti.

2 Per le pallotte: in una ciotola raccogliete il formaggio grattugiato, le uova, la mollica di pane, sbriciolata, e l'aglio e il prezzemolo, tritati finemente; amalgamate accuratamente e realizzate tante palline di 4-5 cm di diametro.

3 Scaldate un filo di olio in una padella, mettete le palline e fatele soffriggere a fuoco moderato per 7 minuti, fino a doratura. A questo punto trasferitele nella casseruola con il sugo, fate cuocere a fuoco lento per 2-3 minuti e servite ben calde.

4. Il grande caciocavallo "macchione", realizzato con latte di vacche brune alpine, del caseificio Pallotta, Capracotta.
5. Il tartufo nero scorzone dell'azienda Rioverde Tartufi, Borrello.

di confine che ricade in due regioni, l'Abruzzo e il Molise. La buona sosta successiva – dopo aver sgranato vista e udito davanti alle spettacolari cascate del rio Verde – è a **Borrello** nel negozio con laboratorio della famiglia Mosca, cercatori e trasformatori con il marchio RioVerde Tartufi. La signora Vittoria ci racconta che in zona "troviamo il bianco pregiato *tuber magnatum pico*, tra ottobre e dicembre, e il nero scorzone tra maggio e settembre". Ma solo tartufi "naturali", poiché non ci sono tartufaie e campi micorizzati. Il nero cresce sotto i cespugli di ginestre, il bianco tra pioppeti e faggete, trovando condizioni ottimali in un ambiente incontaminato. Lasciata Borrello arriviamo a **Rosello**, il cui sindaco è lo scrittore Federico Moccia (sì, proprio lui, l'autore di *Tre metri sopra il cielo*, il best seller dei liceali 2.0). Fortuna che non ci sono ponti da "lucchettare" e neanche ragazzini "stile ponte Milvio", Roma. L'attrazione di Rosello è piuttosto la riserva di abeti bianchi, un angolo di Scandinavia tra Abruzzo e Molise. Ci guida alla scoperta di questo mondo misterioso il direttore del centro di documentazione, Mario Pellegrini. Avanzando su un letto di foglie e neve tra il canto degli uccelli, il suono del torrente Turcano, le impronte fresche di caprioli, cervi e lupi, dopo la lunga camminata siamo al cospetto di sua maestà l'abete

6. La mozzatura della pasta filata a mano per dare forma al caciocavallo. Caseificio Di Nucci, Agnone. 7. e 8. Caciosalame e scamorze appena fatte del Caseificio Di Nucci.

Legumi di montagna

Cicerchia, mochi, robilio, ceci rossi, ceci a fraschetta, patate turchesi e lenticchie di Capracotta: da piatto povero a patrimonio alimentare e di biodiversità, valorizzate da un progetto del centro di documentazione ambientale delle Abetine. Le varietà antiche di legumi di montagna, a rischio di estinzione, sono state recuperate da contadini e seminate su un terreno nella Riserva dell'Abetina di Rosello. Sono impegnati nel recupero di legumi autoctoni e rari anche i giovani fratelli Loreto e Luca Beniamino, dell'azienda Le Miccole di Capracotta, dove li coltivano tra i 1.400 e i 1.550 metri d'altezza (foto 9). I legumi sono venduti da Alti Sapori, il negozio di famiglia. E ancora. Tra Sant'Eusanio del Sangro, Altino e Casoli, la Riserva regionale Lago di Serranella sta sviluppando il progetto degli orti medievali per la coltivazione di legumi, ortaggi, erbe medicinali, piante tintorie, che erano già coltivati prima della scoperta dell'America. L'orto ricade in un ambiente rurale tra vecchi attrezzi agricoli e un ingegnoso sistema di protezione a canne intrecciate, flessibili e resistenti, a prova di cinghiali.

Il paese dei cuochi di famiglia

Roio del Sangro, piccolo centro di montagna in provincia di Chieti, è il paese dei cuochi. Uomini emigrati in tutto il mondo per andare a lavorare nelle case dei ricchi, nelle dimore aristocratiche come nelle cucine delle ambasciate. "Cuochi di famiglia": eclettici, esperti di cucina italiana e internazionale, arrivati ai fornelli per chiamata diretta fin da giovani (grazie alla rete familiare e dei paesani emigrati) per fare la gavetta accanto a un cuoco esperto. Oggi questa tradizione è documentata dagli ultimi cuochi ancora attivi e da alcuni pensionati. Un sito ospita una banca dati che riporta le casate servite da ogni cuoco di Roio del Sangro. All'ingresso del paese c'è anche il Monumento al Cuoco (in foto). Info www.roiodelsangro.com

Dolce Molise

Arredi e vetrine d'epoca, bancone di marmo chiaro, vecchi bilancini che non si possono più usare, barattoli di vetro: tutto sembra immutato nel confettificio artigianale Carosella, fondato nel 1839 dal signor Nicola. A quasi due secoli di distanza, oggi è guidato da Roberta Sabelli, quinta generazione dell'azienda familiare. Con vecchi macchinari che ci catapultano indietro nel tempo Carosella produce confetti, ostie ripiene (foto 11) e mostaccioli con miele, mandorle e marmellata di mele cotogne. Un'esclusiva è la mandorla confettata riccia, un confetto più morbido del normale, con un cuore di mandorla siciliana di Avola tostata e aromatizzata alla cannella in un guscio di zucchero cristallizzato dall'aspetto increspato (foto 12). Aperto lun-dom, corso V. Emanuele 235, Agnone (Is), tel. 0865 78247 www.dolciariacarosella.com

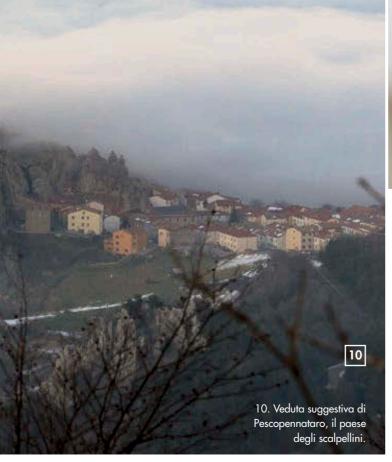
Una specialità della Dolciaria Labbate Mazziotta, confetteria a gestione familiare, è la campana, un saporito dolce artigianale a base di noci e farina di mandorle ricoperto di puro cioccolato gianduia. Chiuso lun. Via Roma 22, Agnone (Is), tel. 0865.78790 www.labbatemazziotta.it

11

12

10

10. Veduta suggestiva di Pescopennataro, il paese degli scalpellini.

bianco. La fatica è ripagata da alberi maestosi, bellissimi, addossati l'uno all'altro, il più alto (forse d'Europa) di 54 metri. La passeggiata ha stuzzicato anche l'appetito, giusto in tempo sulla strada per **Roio del Sangro**, il "paese dei cuochi di famiglia" (vedi box di approfondimento), dove ci attende la cucina genuina della cuoca Vincenzina Annecchini, che guida la trattoria Sangri Là, nascosta in una sala interna dell'unico bar di Roio. Piatto d'esordio? Una minestra di sagne "appezze" al pomodoro. Poi rincorsa energetica con un assaggio di sagne "andremap", sempre di farina integrale ma condite con ricotta di capra, cicoria passata in padella, pecorino grattugiato di Capracotta e peperoncino secco. Chiudono in trionfo le delicate "pallotte cacio e ova al sugo" (vedi ricetta a pag.116).

Le campane di Agnone

Come nasce una campana artigianale, unica per decorazioni e suoni? Lo scopriamo ad Agnone, dove il Museo Storico della Campana racconta la tradizione familiare della Fonderia Pontificia Marinelli, la più antica in Italia, oggi guidata dai fratelli Pasquale e Armando. In esposizione 500 campane di varie dimensioni. E inoltre un percorso didattico sulle fasi di lavorazione (foto 13 e 14). Visite solo guidate, durata 1 ora, alle ore 12 oppure alle 16, biglietto 5 euro. Chiuso dom pomeriggio. Via Felice D'Onofrio 14, Agnone (Isernia), tel. 0865 78235.

Roio è uno di quei posti dove non si arriva per caso, lontano com'è da ogni strada di passaggio. Ma Enrico Cese, lasciata Roma, vi si è trasferito con la moglie Rosaria – e il figlioletto Elia – per produrre ottimi formaggi artigianali, caprini e caciotte con il latte che il papà Enrico, ex cuoco di famiglia, munge nell'allevamento di capre (incroci di maltesi, alpine, camosciate e ioniche). "Vogliamo fare una piccola produzione di qualità, senza l'uso d'abbattitori, come avviene nelle malghe di montagna con il latte di animali munti a mano, ogni mattina", racconta Enrico con la passione di chi ha fatto una scelta importante. Certo non potevamo lasciare i pascoli di queste vette senza provare gli ottimi formaggi locali. E così, tornando verso Capracotta, facciamo sosta allo Scamorzaro – un nome, una promessa – che ci propone anche salsicce di cotechino, salumi e un'accogliente trattoria. A Capracotta, invece, c'è il caseificio Pallotta, che fa scamorze, stracciate, pecorino e il caciocavallo "macchione": 18-20 kg di sapore intenso leggermente piccante, stagionato 15 mesi in grotta. Ultima tappa Agnone, paese di chiese, campane, dolci (vedi box di approfondimento) e grandi formaggi. Ne sa qualcosa Franco Di Nucci, che guida il caseificio con i figli Serena, Antonio e Francesco, undicesima generazione. Il latte crudo degli alti pascoli molisani è trasformato a mano in pasta filata. Tra i freschi troviamo ricotta e stracciata (una striscia di mozzarella ripiegata e tagliata). Tra gli stagionati una serie di caciocavalli da 60 a oltre 180 giorni di riposo. E poi il curioso cacio-salame, un salame nascosto in un formaggio fallico, "inventato" negli anni '50 per conto di un emigrante che – poi si scoprì – lo usava per aggirare i divieti d'importazione degli Usa dei derivati di maiale. Non è un caso se Di Nucci fornisce anche il Vaticano: da secoli il paese di Agnone produce campane di bronzo per le chiese di tutto il mondo. Ma suore e preti non sono da sempre ottime forchette?

15. L'Eremo di San Luca, tra i più maestosi e incantevoli di tutto il Molise.

MANGIARE

IL MULINO DI ROIO
Tradizione gastronomica abruzzese di montagna e ingredienti di qualità. Conto 28 euro. Aperto ven-dom.
Contrada Pelaio, Roio del Sangro (Ch); tel. 0872 948544 www.ilmulinodiroio.it

SANGRI LÀ
Piatti abruzzesi nella trattoria a conduzione familiare. Conto 20 euro, vino della casa incluso. Aperto a pranzo mart-dom; a cena meglio prenotare.
Piazza V. Emanuele 3, Roio del Sangro (Ch); cell. 333 6588719; 339 2383483

RISTORANTE L'ELFO
Cucina molisana stagionale rivisitata e alleggerita. Chiuso lun. Aperto mar-giov e dom a pranzo, cena su prenotazione; ven-sab pranzo e cena. Conto 4 portate 28 euro.
Via Campanelli, Capracotta (Is) tel. 0865 949131 www.ristorantelelfo.it

DORMIRE

LO SCAMORZARO
Agriturismo con 4 camere semplici ma con collegamento wifi e ristorante di cucina tipica (conto 26 euro). Doppie e colazione 50 euro.
Contrada Fonte Ginepri 4 Rosello (Ch); tel. 0872 948441 cell. 333 1825905 www.agriturismoloscamorzaro.net

MONTAGNA AMICA
Ostello con ristoro nella natura sulla strada per gli impianti di sci da fondo di Prato Gentile. Gastronomia tradizionale e vini locali (3 portate 18 euro).
Doppia e colazione 56 euro, wifi e attrezzi sci inclusi. Trattamenti al fieno su lettino a vapore 50 euro. **Via Turistica 100, località Abeti Soprani Pescopennataro (Is); tel. 0865 941419 www.montagnamica.net**

SHOPPING

ALTI SAPORI
Legumi di montagna, tartufi, confetture e altri prodotti dell'alto Molise.
Via Nicola Falconi 38, Capracotta (Is); tel. 0865 949141 www.aziendalemiccole.it www.altisapori.it

CASEIFICIO DI NUCCI
Laboratorio di produzione, museo e punto vendita.
Area artigianale in via Giovanni Paolo II 8, Agnone (Is); tel. 0865 77288 www.caseificiodinucci.it. Anche negozio in via Roma 12, Agnone (Is) tel. 0865 77116. Chiuso dom.

CASEIFICIO PALLOTTA
Formaggi artigianali prodotti con latte del proprio allevamento. Aperto lun-dom.
Via Nicola Falconi, Capracotta (Is) tel 0865 94262 www.caseificiopallotta.com

EDOARDO LALLI
Laboratorio di scalpellino e piccolo negozio d'oggetti per la casa, lampade, orologi in pietra e marmo. Aperto lun-dom, d'inverno meglio telefonare.
Via Turistica 1, Pescopennataro (Is); tel. 339 5871903

FORMAGGI CESE
Piccola produzione casearia artigianale da allevamento di capre allo stato brado.
Località Ariatella Roio del Sangro (Ch); tel. 334 1588237 e 338 3470062

RIO VERDE TARTUFI
Tartufi neri e bianchi secondo le stagioni, oli, salse e formaggi aromatizzati. Aperto lun-dom. **Via Dante 57, Borrello (Ch); tel. 0872 945558 www.rioverdetartufi.it**

VEDERE

CENTRO DI EDUCAZIONE AMBIENTALE DELL'ABETINA
Comprende il Centro Visite e il Museo dell'Abete bianco e organizza visite guidate all'Abetina tutto l'anno su prenotazione, prezzo 4 euro a persona. Aperto mart-sab 9-13.
Via Santa Liberata snc, Rosello (Ch); tel. 0872 948444 www.sangroaventino.it

RISERVA NATURALE REGIONALE CASCATE DEL VERDE
Nella storica distilleria del paese punto informazioni, piccola biblioteca, esposizione di foto naturalistiche. Centro visite aperto lun-ven 14-17.
Via Silvio Spaventa snc, Borrello (Ch) tel. 0872 945022 www.cascatedelverde.it

MUSEO DELLA PIETRA CHIARA MOLINARI
Museo sulla tradizione degli scalpellini. **Largo Caduti per la Patria snc, Pescopennataro (Is) tel. 0865 941131 www.comunepescopennataro.it**

PRATO GENTILE, Capracotta (Is). Impianti di sci di fondo nell'area Sic Abeti Soprani con rifugio a 1.573 mt. **Info meteo e piste 334 5222758 www.sciclubcapracotta.it www.capracotta.com www.scuolascicapracotta.com**

RISERVA CASCATE DEL VERDE
Le cascate naturali più alte d'Italia con triplice salto e dislivello di 200 mt. **Tel. 340 1172367 www.cascatedelverde.it.**

RISERVA REGIONALE LAGO DI SERRANELLA Include 5 percorsi – anche ciclabili – tra i quali l'itinerario degli Orti. Accesso libero, visite guidate su prenotazione. **Loc. Brecciaio, Sant'Eusanio del Sangro (Ch); tel 0872 50357 www.ceaserranella.it**

SALUMI... da CUOCERE

SPECIALITÀ DELLA SALUMERIA EMILIANA, COTECHINO, ZAMPONE E SALAME DA PENTOLA SONO I PREGIATI PROTAGONISTI DI RICETTE DAI SAPORI PIENI E AVVOLGENTI. I LORO IMPASTI, COMPOSTI DA UN TRITO DI CARNI DI PURO SUINO E INSAPORITI CON SALE, PEPE E SPEZIE VARIE, VENGONO ESALTATI DA LEGUMI D'ECCELLENZA, AROMI E ORTAGGI DI STAGIONE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di MASSIMO PICCHERI (Le Officine del Gusto, Roma) foto e styling di ELISA ANDREINI

Salame cotto su zuppa di fagiolina con pane all'aglione

Ingredienti (per 4 persone)

1 salame da pentola da circa 1 kg
500 g di fagiolina del Trasimeno
2 cipolle; 1 costa di sedano
1 carota; 2 patate
2 pomodori da sugo
1 rametto di rosmarino
1 rametto di timo
4 fette di pane senza sale
1 spicchio di aglio
brodo vegetale
noce moscata
chiodi di garofano
burro di panna fresca
olio extravergine di oliva
sale e pepe

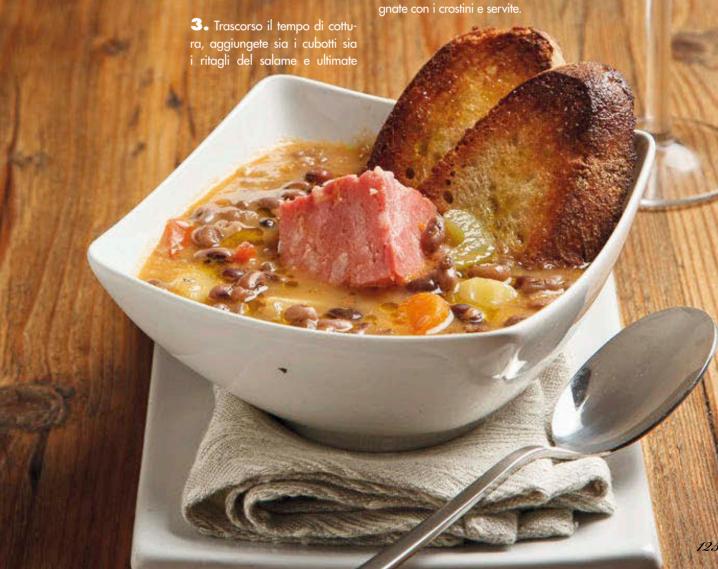
Preparazione

1. Fate cuocere il salame in una pentola con abbondante acqua per circa 30 minuti, quindi levate e lasciate raffreddare. Tagliate il salame a fette spesse circa quattro cm, ritagliate i bordi e ricavate tanti cubotti.

2. Mondate e tagliate grossolanamente le cipolle, il sedano e la carota, e fate rosolare il trito ottenuto in un tegame con un filo di olio; aggiungete le patate, sbucciate e fatte a tocchetti, i pomodori a dadini, le spezie, le erbe aromatiche e la fagiolina. Salate, pepate, coprite con il brodo vegetale caldo e fate cuocere per circa un'ora.

3. Trascorso il tempo di cottura, aggiungete sia i cubotti sia i ritagli del salame e ultimate la cottura per altri 20 minuti. A questo punto prelevate i cubotti di cotechino, tre quarti dei fagioli e un po' di liquido, e tenete da parte; con un mixer a immersione frullate il cotechino e i fagioli restanti fino a ottenere una crema omogenea, quindi filtratela attraverso un colino.

4. Tagliate in quattro ciascuna fetta di pane. In una padella fate rosolare l'aglio con una noce di burro; mettete il pane e fatelo dorare fino a renderlo ben croccante. Riunite la crema frullata e il cotechino e i fagioli lasciati interi, e mescolate. Distribuite la zuppa nei piatti da portata, accompagnate con i crostini e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Cotechino con ananas caramellato cavolo nero brasato e pepe di Szechuan

Ingredienti (per 4 persone)

1 cotechino da circa 1 kg; 4 fette di ananas
500 g di cavolo nero; 1 rametto di rosmarino
2-3 foglie di salvia; 1 cipollotto; 1 costa di sedano; 1 limone
50 g di lardo di colonnata; burro; brodo vegetale
aceto di vino bianco; vino bianco; brandy
olio extravergine di oliva; sale e pepe di Szechuan

1

BUCHERELLATE E LESSATE IL COTECHINO

Mettete una pentola per la cottura a vapore sul fuoco con abbondante acqua e aceto di vino; bucherellate il cotechino con i rebbi di una forchetta, per favorire la fuoriuscita del grasso in eccesso, disponetelo in pentola e fate cuocere per circa tre ore. Levate e fate raffreddare, quindi tagliate il cotechino a fette.

2

RIPASSATELO IN PADELLA

Mondate e tritate grossolanamente il sedano e il cipollotto; fate rosolare il trito ottenuto in un tegame con un filo di olio, disponete le fette di cotechino e profumate con il rosmarino e la salvia tritati. Bagnate con il succo del limone e un goccio di vino e di brandy, coprite con l'acqua e lasciate cuocere su fiamma vivace fino a quando il liquido di cottura sarà evaporato. A questo punto togliete il cotechino, frullate il fondo di cottura e filtratelo attraverso un colino.

3

SALTATE L'ANANAS

Tagliate l'ananas a cubetti e fateli rosolare in una padella con una noce di burro; bagnate con un mestolo di brodo vegetale e fate cuocere fino a rendere i cubetti dorati e croccanti.

4

INSAPORITE IL CAVOLO E SERVITE

Mondate e sciacquate accuratamente le foglie di cavolo; sbollentatele in acqua bollente e salata per un minuto, scolatele e ripassatele in una padella con un filo di olio e un trito di lardo di colonnata. In una casseruolina raccogliete la salsa filtrata, unite il pepe in grani e un goccio di succo di limone, e fate cuocere fino a ottenere una salsa densa. Impiattate il cotechino e nappate con salsa. Accompagnate con l'ananas caramellato e il cavolo, e servite.

Cotechino imprigionato

Ingredienti (per 4 persone)

1 cotechino da circa 800 g
1 uovo
500 g di pasta sfoglia
1 kg di spinaci già puliti
300 g di fagioli dall'occhio secchi
150 g di prosciutto cotto a fette
150 g di prugne secche
1 cipolla
1 pizzico di cannella
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mettete i fagioli in ammollo in acqua per 12 ore. Il giorno successivo avvolgete il cotechino in un foglio di carta forno e legatelo con spago da cucina; bucherellatelo con un ago e immergetelo in un tegame riempito con acqua fredda. Mettete sul fuoco e fate cuocere per circa un'ora e mezza.

2. Lessate gli spinaci in acqua leggermente salata per due minuti; scolateli, sgocciolateli accuratamente e tritateli finemente. Stendete la pasta sfoglia fino a ottenere un rettangolo, stendetevi il prosciutto cotto, due terzi di spinaci e il cotechino ormai freddo. Arrotolate, spennellate i bordi con l'uovo sbattuto e sigillate bene. Trasferite il rotolo in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate in forno già caldo a 200 °C per circa 20-30 minuti.

3. Tritate finemente la cipolla e fatela soffriggere in un tegame con un filo di olio; unite le prugne snocciolate e i fagioli, coprite con acqua calda e fate cuocere a fuoco basso per circa 40 minuti, fino a rendere i fagioli teneri. Aggiungete la cannella e gli spinaci restanti, salate, pepate e fate cuocere per altri 5 minuti.

4. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate intiepidire. Distribuite nei piatti da portata l'insalata di fagioli, completate con il cotechino, tagliato a fette, e servite.

GUARDA ANCHE

Zampone di maiale fondente pomodori verdi e scampi

Ingredienti (per 4 persone)

1 zampone di maiale; 250 g di farina di mais per polenta; 8 scampi già sgusciati
1 costa di sedano; 1 pomodoro verde; 1 carota; aceto di vino bianco
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Bucherellate la cotenna dello zampone e adagiatelo in una pentola capiente, quindi versate abbondante acqua, fino a coprirlo, mettete sul fuoco e lasciate sobbollire a fuoco basso per circa tre ore. Nel frattempo preparate la polenta: in una pentola, possibilmente di rame, portate a bollore un litro di acqua salata; versate a pioggia la farina e fate cuocere, mescolando in continuazione con una frusta, per circa 30 minuti.

2. Quando la polenta sarà cotta, levate e distribuite su un foglio di carta forno, unto di olio; coprite con un altro foglio di carta forno e stendete fino a ottenere una sfoglia sottile. Infornate a 180 °C per circa 20 minuti, o comunque fino a quando la sfoglia sarà ben croccante.

3. Sbollentate il pomodoro verde in acqua bollente e salata per 30-40 secondi; levatelo, pelatelo, eliminate i semi e l'acqua di vegetazione e tagliate la polpa a dadini. Trascorso il tempo di cottura dello zampone, toglietelo e fatelo intiepidire, quindi tagliatelo a fette.

4. Mondate e tritate il sedano e la carota, quindi fateli rosolare in una padella con un filo di olio. Disponete le fette di zampone e fatele insaporire su fuoco molto basso per 15 minuti; togliete lo zampone, tenendolo da parte in caldo, e aggiungete al fondo di cottura la dadolata di pomodoro, un goccio di aceto e un filo di olio. Fate restringere per circa un minuto.

5. Scottate gli scampi in una padella con un filo di olio. Distribuite le fette di zampone nei piatti da portata e completate con gli scampi e la dadolata di pomodoro. Nappate con il fondo di cottura, guarnite con le cialde di polenta e servite.

Salame da pentola croccante alle spezie indivie brasate e rognoni trifolati

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di salame da pentola
2 rognoni di suino biologico
1 spicchio di aglio
1 rametto di rosmarino
2 ciuffi di prezzemolo
1 cespo di indivia belga
noce moscata; cardamomo
chiodi di garofano
miele di castagno
vino bianco; brodo vegetale
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Fate cuocere a vapore il salame per circa 40 minuti, quindi lasciatelo raffreddare e tagliatelo a fette alte circa mezzo cm. Tritate finemente le erbe aromatiche e cospargete le fette di salame con il trito ottenuto e le spezie. Mettete sopra un filo di miele di castagno e infornate a 200 °C per circa 10 minuti. Levate e tenete da parte in caldo.

2. Pulite i rognoni e tagliateli a fettine; fateli rosolare in una padella con l'aglio e un filo di olio, sfumate con un goccio di vino bianco, profumate con il prezzemolo tritato e fate cuocere per circa 10-15 minuti. Levate i rognoni e, sempre nella stessa padella, disponete l'indivia belga, pulita e tagliata in quattro spicchi. Bagnate con un goccio di brodo vegetale e lasciate stufare per circa 10 minuti. Salate e pepate.

3. Disponete due fette di salame croccante in ciascun piatto da portata; accompagnate con i rognoni e l'indivia, nappate con il fondo di cottura, profumate con altro prezzemolo tritato e servite.

Cotechino piastrato su vellutata di porcini castagne e noci

Ingredienti (per 4 persone)

1 cotechino da circa 600 g
12 castagne
6 porcini
100 g di gherigli di noce
1 scalogno
1 costa di sedano
2 carote
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate e tritate finemente lo scalogno, il sedano e le carote; fate stufare il trito ottenuto in un tegame con un filo di olio. Unite i porcini, mondati e tagliati a fettine, e fateli saltare brevemente. Profumate con il prezzemolo tritato e tenete da parte.

2. Incidete le castagne e lessatele in abbondante acqua; scolatele, sbucciatele, sbriciolatele e unitele nella padella con i porcini. Versate qualche mestolo di acqua calda e fate cuocere per circa 30 minuti. A questo punto frullate il tutto con un mixer a immersione fino a ottenere una crema dalla consistenza vellutata. Aggiustate di sale e di pepe.

3. Avvolgete il cotechino con un telo da cucina e lessatelo per circa un'ora in acqua bollente. Spegnete e lasciate intiepidire, quindi liberatelo dal telo e tagliatelo a fette di circa un cm. Scaldate per bene una piastra, disponete le fette di cotechino e grigliatele per circa sei minuti girandole spesso.

4. Distribuite la vellutata nei piatti da portata, adagiate sopra una, due fettine di cotechino, guarnite con i gherigli di noce e servite.

AROMA di pane

NELLE FREDDE GIORNATE INVERNALI SCALDIAMO GLI ANIMI SFORNANDO SFIZI DI PANE FATTI IN CASA. AROMATIZZATI CON SEMI DI ANICE, LIQUIRIZIA, LAVANDA E SCORZE DI ARANCIA, E MODELLATI IN TRECCINE, BOCCONCINI E CORNETTI, INEBRIERANNO LA CASA DI AROMI E FRAGRANZE IRRESISTIBILI. PAROLA DI GIOVANNI GANDINO

di EMANUELA BIANCONI; ricette di GIOVANNI GANDINO
foto di ANGELA DE SANTIS e LUCA LUPORI

Panetti all'anice
(pag. 134)

QUESTI PANINI SONO OTTIMI PER ACCOMPAGNARE UN BUON PIATTO DI SALSICCE E FAGIOLI IN UMIDO…

Treccine di pane liquirizia e guinness

(pag. 134)

VI CONSIGLIO QUESTE TRECCE CON I CROSTACEI CRUDI E QUALCHE FETTINA DI PANE BEN IMBURRATA.

*Giovanni Gandino è maestro panificatore e docente di tecnica molitoria. Consulente di alcune importanti aziende dolciarie e molitorie, per le quali si occupa di "ricerca e sviluppo", è inoltre socio e collaboratore dell'Antim (Associazione nazionale tecnici dell'industria molitoria). Potete scrivergli contattandolo sulla sua pagina Facebook o all'indirizzo e-mail elianto74@yahoo.it

Panetti all'anice

Ingredienti

500 g di farina (W 220)
10 g di lievito di birra fresco
50 g di burro a pomata
11 g di sale
50 g di semi di anice

Preparazione

1. Fate un infuso di anice: portate l'acqua intorno agli 80 °C, spegnete il fuoco e aggiungete i semi di anice; lasciate in infusione fino a quando il liquido prenda sufficientemente l'aroma e si raffreddi. Fate la classica fontana con la farina, unite al centro il lievito sbriciolato, versate lentamente 260 ml di infuso di anice e iniziate a impastare.

2. Incorporate il burro a pomata e qualche seme di anice, precedentemente scolato dall'infuso, e aggiungete infine il sale. Impastate ancora fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti.

3. Ricavate tanti pezzi da circa 40 g l'uno e "pirlateli", cioè rendeteli perfettamente sferici ma facendo attenzione a non stressare la pasta. Per questa operazione utilizzate un piano di appoggio non infarinato.

4. Inumidite leggermente le sfere e spolverizzatele con qualche seme di anice: dovranno essere cinque o sei semi al massimo, altrimenti il gusto diventerebbe troppo forte; quando fate questa operazione, esercitate una certa pressione sulle sfere in modo da schiacciarle un po'. Coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti. Sfornate e servite.

Treccine di pane liquirizia e guinness

Ingredienti

450 g di farina (W 220)
50 g di farina di castagne (più altra per spolverizzare)
330 ml di birra nera
10 g di lievito di birra
50 g di burro a pomata
11 g di sale
1 radice di liquirizia

Preparazione

1. In una casseruola raccogliete la birra e la radice di liquirizia; mettete sul fuoco e fate scaldare, senza mai arrivare al bollore, fino a ottenere un liquido ristretto. Spegnete, togliete la liquirizia e lasciate raffreddare.

2. Miscelate le due farine e disponetele a fontana; unite il lievito sbriciolato, versate gradualmente la birra e iniziate a impastare. Incorporate il burro a pomata e infine il sale, e amalgamate ancora fino a ottenere un composto sodo e omogeneo; formate una palla, spolverizzate con un velo di farina di castagne, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo, ricavate dall'impasto una dozzina di cilindri tutti uguali. Realizzate tante treccine e disponetele in una teglia, rivestita con carta forno; infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Levate e servite.

Bocconcini con scorzette di arancia

Ingredienti

500 g di farina (W 220)
260 ml di acqua
2 arance
10 g di lievito di birra
50 g di olio extravergine di oliva (leggero)
11 g di sale

vi serve inoltre
farina (per spolverizzare)

Preparazione

1. Sciacquate accuratamente le arance e ricavatene la scorza, facendo attenzione a non prelevare anche la parte bianca. Mettete in infusione la scorza nell'olio scaldato leggermente: in questo modo si potenzierà l'aroma di arancia.

2. Fate la classica fontana con la farina e unite gradualmente al centro il lievito, sbriciolato nell'acqua fresca; iniziate a impastare, quindi incorporate lentamente l'olio con le scorze di arancia e infine il sale. Amalgamate bene fino a ottenere un impasto liscio, asciutto, elastico e con un gradevole profumo di arancia.

3. Spolverizzate l'impasto con un po' di farina, coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti. Stendete leggermente l'impasto e ricavate tanti quadrotti da circa 30 g l'uno.

4. Smussate leggermente gli angoli e trasferiteli in una teglia, rivestita con carta forno; spolverizzate con un po' di farina, coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 15 minuti. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e servite.

GUSTATE QUESTI BOCCONCINI AROMATIZZATI CON GLI SCAMPI CRUDI.

Bocconcini con scorzette di arancia

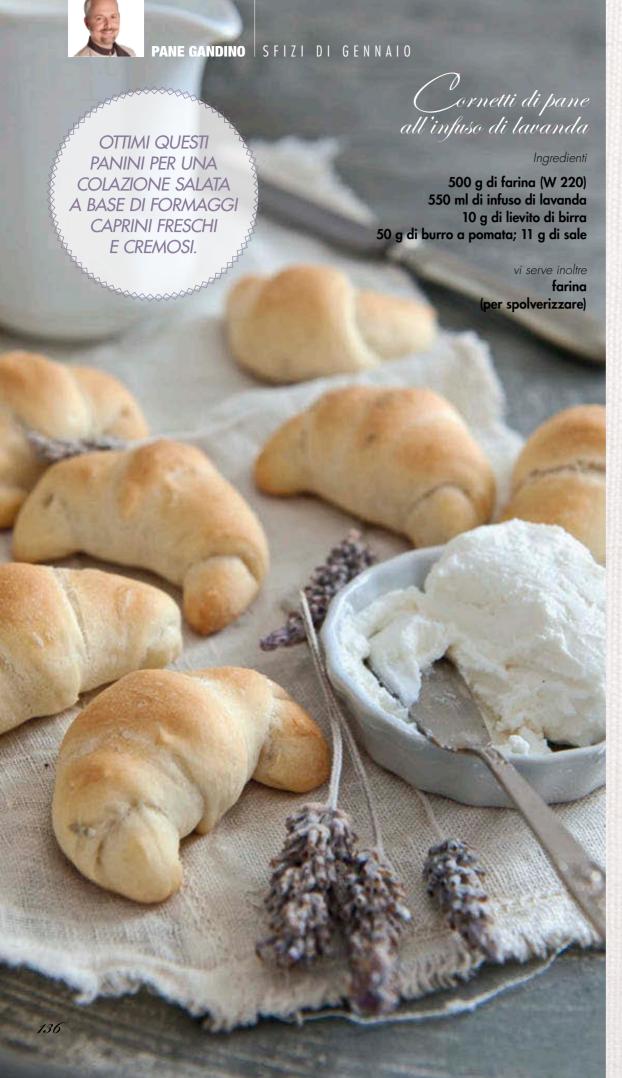
Cornetti di pane all'infuso di lavanda

OTTIMI QUESTI PANINI PER UNA COLAZIONE SALATA A BASE DI FORMAGGI CAPRINI FRESCHI E CREMOSI.

Ingredienti

500 g di farina (W 220)
550 ml di infuso di lavanda
10 g di lievito di birra
50 g di burro a pomata; 11 g di sale

vi serve inoltre

farina (per spolverizzare)

Preparazione

1. Preparate un infuso di lavanda utilizzando le bustine oppure la lavanda secca da erboristeria: dovrete ottenere un infuso ben aromatico e freddo. Il consiglio è di abbondare con la lavanda per ottenere un risultato incredibilmente profumato.

2. Fate la classica fontana con la farina e unite al centro il lievito sbriciolato; versate lentamente l'infuso e iniziate a impastare. Incorporate il burro a pomata e qualche fiore di lavanda, scolato dall'infuso; unite infine il sale e amalgamate ancora fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. Formate una palla, spolverizzate con un po' di farina, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare a temperatura ambiente per circa 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di riposo, stendete delicatamente l'impasto con un matterello, senza schiacciarlo, fino a ottenere una sfoglia spessa circa 7 mm. Ricavate tanti triangoli isosceli (con la base più piccola degli altri due lati, uguali tra di loro). Lasciateli riposare per circa 15 minuti.

4. Partendo dalla base, arrotolate i triangoli fino a ottenere tanti croissant; coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti. Levate e servite.

PORTA IN TAVOLA
I SAPORI DELL'ALTO ADIGE

L'INGREDIENTE INDISPENSABILE? LA QUALITÀ!

Sapori schietti, tradizioni tramandate da generazioni, ma soprattutto prodotti di alta qualità, controllati e legati al territorio di provenienza: sono questi gli ingredienti indispensabili alla base della cucina altoatesina. Un viaggio tra i sapori dell'Alto Adige/Südtirol per realizzare e gustare piatti tradizionali o moderni, ricchi oppure leggeri, elaborati o velocissimi: in ogni caso autentici, espressione di un territorio a cavallo tra il mondo nordico e quello mediterraneo, dalle mille sfaccettature e di originale varietà. Lo Speck Alto Adige IGP, la Mela Alto Adige IGP e il Formaggio Stelvio DOP sono prodotti d'eccellenza garantiti dai marchi europei e ingredienti di qualità per una cucina unica e gustosa.

Lo **Speck Alto Adige IGP** è più dolce dei prosciutti affumicati del nord, ma più aromatico dei crudi mediterranei. Spesso protagonista di piatti semplici e saporiti è speciale anche nell'arricchire, con il suo gusto leggermente affumicato, delicate creazioni culinarie. Il suo inconfondibile sapore, la versatilità del suo impiego in ricette gustose e irresistibili e l'aspetto autenticamente rustico sono l'espressione diretta del legame con il territorio d'origine.

Sono ben 13 le varietà tra le quali scegliere: da quelle più acidule – Granny Smith, Idared, Topaz e Morgenduft – a quelle aromatiche come Gala, Jonagold, Elstar e Pinova. Dalle succose Braeburn, Fuji e Winesap alle classiche e più conosciute Golden Delicious e Red Delicious. La **Mela Alto Adige IGP** è ricca di vitamine e minerali e con il suo sapore intenso, il colorito brillante e le eccezionali proprietà di conservazione si rende l'indiscussa protagonista di squisiti strudel di mele o delle tipiche frittelle di mele.

Il **Formaggio Stelvio DOP** è un formaggio di solo latte vaccino, a pasta semidura, stagionato e dal colore giallo paglierino. Con il suo sapore caratteristico – aromatico, erbaceo e leggermente piccante – è adatto per realizzare piatti saporiti e decisi. Un po' di fantasia e un tocco di questo formaggio dal sapore inconfondibile per dare alle proprie ricette un gusto ancora più sfizioso.

D.O.P
Denominazione di Origine Protetta

I.G.P
Indicazione Geografica Protetta

Campagna finanziata con il contributo dell'Unione Europea e dell'Italia

I.P.

Zuppa di patate con formaggio Stelvio

difficoltà media **tempo** 30 minuti

Ingredienti (per 4 persone)
per la zuppa
300 g di patate (tipo farinoso); 40 g di porro; 40 g di cipolla; 30 g di burro; 1/4 l di brodo di verdure o carne; 100 ml di panna fresca; sale; 1 bicchiere di vino bianco; 1 ciuffetto di crescione.
per il formaggio croccante
100 g di Formaggio Stelvio DOP 50 g di pangrattato; 20 g di farina; 1 uovo; olio per friggere.
Per un gusto diverso e meno calorie usa la panna acida.

Preparazione
Pela e lava le patate, tagliale a tocchetti. Taglia finemente la cipolla e il porro. Fai sciogliere il burro in una pentola abbastanza grande e versaci il mix di cipolla e porro, fai soffriggere e sfuma con un bicchiere di vino bianco. Aggiungi le patate, coprile con il brodo, lasciando cuocere per circa 30 minuti. Frulla la zuppa con il mixer. Alla fine versa la panna, regola di sale e distribuisci sopra il crescione. Taglia il Formaggio Stelvio DOP a triangoli non troppo grandi e passali prima nell'uovo sbattuto e poi nel pangrattato. Friggi i pezzi nell'olio bollente, o in friggitrice a 170°C. Servi il formaggio in una ciotolina a parte o direttamente sulla zuppa, secondo i tuoi gusti.

Variante: abbrustolisci in padella dei cubetti di pane e Speck Alto Adige IGP e usali per guarnire la zuppa.

Tagliatelle saporite allo speck

difficoltà media **tempo** 30 minuti

Ingredienti (per 4 persone)
per la pasta
150 g di farina di segale; 150 g di farina tipo 00; 1 uovo; 50 ml di acqua; 1 cucchiaio di olio d'oliva; sale; fieno greco e cumino in polvere.
per condire
150 g di Speck Alto Adige IGP a fette; 100 g di verza; 50 g di burro; prezzemolo fresco; Formaggio Stelvio DOP.
Se non hai tempo di preparare la pasta, vanno benissimo anche le tagliatelle all'uovo: te ne serviranno 500 g.

Preparazione
Forma una fontana con le farine, metti al centro l'uovo, l'olio, le spezie e poi versa l'acqua man mano, lavorando il tutto finché non ottieni un impasto liscio e compatto. Lascialo riposare per mezz'ora avvolto nella pellicola. Con la macchina per la pasta prepara le tagliatelle e cuocile in acqua bollente salata per circa 2 minuti. Taglia lo Speck Alto Adige IGP e la verza a striscioline sottili, rosolali velocemente in una padella, aggiungi un mestolino di acqua di cottura della pasta. Scola le tagliatelle e saltale in padella con il burro e il prezzemolo tritato. Mescola con cura e servi subito, con una spolverata di Formaggio Stelvio DOP in scaglie.

Variante: al posto della verza puoi usare anche un porro tagliato sottile.

Strudelino alla mela con gelato

difficoltà bassa **tempo** 20 minuti

Ingredienti (per 4 persone)
per la pasta
150 g di farina 00; 75 ml di acqua tiepida; 1 pizzico di sale; 1 cucchiaino di aceto di vino bianco; olio di semi per spennellare.
per il ripieno
500 g di mele Alto Adige IGP (Golden Delicious e/o Gala); 50 g di zucchero; 30 g di pan di Spagna; cannella in polvere; uvetta; scorza di limone grattugiata; burro fuso per spennellare; zucchero a velo.
Se non hai il pan di Spagna, puoi usare anche savoiardi o pangrattato.

Preparazione
Per la pasta: impasta tutti gli ingredienti fino ad ottenere un impasto liscio, spennellalo con l'olio e lascialo riposare per almeno 20 minuti a temperatura ambiente. Per il ripieno: sbuccia le mele, tagliale a pezzettini, mischiale in una ciotola con lo zucchero, la cannella in polvere, la scorza di limone e l'uvetta. Alla fine aggiungi le briciole di pan di Spagna per legare il tutto. Stendi la pasta sottilissima, ricoprila con le mele e arrotolala su se stessa. Spennella con il burro fuso e inforna a 180°C per circa 14 minuti. Servi il rotolo a fette, spolverizzato con zucchero a velo e accompagnato da una pallina di gelato alla vaniglia.

Variante: aggiungi al ripieno di mele qualche frutto di bosco come lamponi o ribes. Servi lo strudel con gelato alla fragola o frutti di bosco.

Torte da CHEF

TORTE RUSTICHE E QUICHE VENGONO REINTERPRETATE DALLA CREATIVITÀ DI FABIO CAMPOLI, CHE NE REALIZZA BEN SEI CON SFOGLIE E FARCE PER TUTTI I GUSTI (DI PESCE, CARNE E VERDURE). PREPARATE IN ANTICIPO E RISCALDATE ALL'ULTIMO MOMENTO, SONO PERFETTE PER IL BUFFET DI CAPODANNO E NON SOLO

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **FABIO CAMPOLI**
foto di **ANTONELLA ARAVINI**

Torta vegetariana dolce e salata (pag. 142)

* TORTA RUSTICA A BASE DI RICOTTA, PROFUMATA DI PANE E ARRICCHITA DI PRODOTTI TIPICI DEL SAPORITO MERIDIONE, PER LE VOSTRE GITE FUORI PORTA ANCHE D'INVERNO

Campagnola rustica

(pag. 142)

Torta vegetariana dolce e salata

Ingredienti

per la pasta frolla
300 g di farina 00
125 g di burro a temperatura ambiente
75 g di zucchero
2 tuorli; 1 uovo
2 g di lievito in polvere per dolci

per il ripieno
150 g di peperoni
200 g di melanzane
200 g di zucchine
500 ml di panna fresca
6 uova
100 g di montasio a fette sottili
3 ciuffi di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

vi servono inoltre
burro; farina

Preparazione

1. Per la frolla: in una impastatrice raccogliete la farina e il burro morbido a pezzetti, e impastate fino a ottenere un composto sabbioso. Unite lo zucchero e il lievito, e proseguite a lavorare. Versate a filo l'uovo e i tuorli, sbattuti in un recipiente a parte, e lavorate velocemente fino a ottenere un impasto liscio, omogeneo e compatto. Formate una palla, rivestite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno un'ora.

2. Per il ripieno: mondate e sciacquate bene le verdure, quindi tagliatele a cubetti (di circa 2 cm di lato). Raccoglietele in una ciotola, conditele con un pizzico di sale e quattro cucchiai di olio, e mescolate. Trasferitele in una casseruola, mettete sul fuoco, incoperchiate e fate cuocere su fuoco medio-basso, mescolando di tanto in tanto. Una volta cotte, mettetele in un recipiente e lasciatele raffreddare.

3. Nel frattempo in un altro recipiente sbattete le uova con un pizzico di sale e di pepe; aggiungete la panna e mescolate ancora. Unite le verdure ormai fredde e il prezzemolo tritato. Trascorso il tempo di riposo, stendete la frolla in uno strato sottile (non più di 5 mm). Imburrate e infarinate una teglia e foderatene il fondo con la frolla, avendo cura di far aderire l'impasto ai bordi.

4 Disponete le fette di formaggio sul fondo, accavallandole leggermente, e versatevi all'interno il composto alle verdure. Infornate a 165 °C e fate cuocere per circa 45 minuti. Sfornate e servite.

GUSTOSE VERDURE MISTE SONO RACCHIUSE IN UNA CROSTA DOLCE DI PASTA FROLLA. PER UN RISULTATO DAI CONTRASTI STUPEFACENTI

Campagnola rustica

Ingredienti

per l'impasto
150 ml di latte
75 ml di acqua
5 g di zucchero
4 g di lievito di birra secco
300 g di farina 00
300 g di farina 0
5 g di sale
15 g di olio extravergine di oliva

per il ripieno
350 g di ricotta vaccina
1 albume
70 g di caciocavallo stagionato
120 g di salame calabrese piccante
30 g di pomodori secchi
50 g di confettura di cipolle rosse
origano
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Per l'impasto: in una planetaria raccogliete l'acqua, il latte, lo zucchero e il lievito, e mescolate il tutto a velocità minima. Aggiungete le farine e il sale, e proseguite a impastare per almeno 20 minuti. Incorporate infine l'olio e mescolate ancora fino a completo assorbimento. Trasferite l'impasto in un contenitore, coprite con pellicola trasparente, leggermente forata, e fate riposare a temperatura ambiente per circa un'ora.

2. Per il ripieno: mettete i pomodori secchi in ammollo in acqua leggermente tiepida per qualche minuto. Scolateli, asciugateli bene e tagliateli a listerelle sottili. Setacciate la ricotta in un recipiente, aggiungetevi i pomodori secchi sminuzzati e la confettura di cipolle rosse, e condite con un pizzico di sale e l'origano. Coprite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

3. Trascorso il tempo di riposo del composto, aggiungetevi il caciocavallo grattugiato, il salame a cubetti e l'albume, e mescolate accuratamente. Stendete l'impasto per pizza in uno strato sottile (non più di 5 mm), e ricavatene due dischi delle dimensioni della teglia che utilizzerete. Ungete bene la teglia con un filo di olio e foderatela con un disco di pasta avendo cura di farla aderire bene ai bordi.

4. Versate il composto di ricotta, avendo cura di riempire bene i bordi e livellandolo con il dorso di un cucchiaio bagnato. Coprite con l'altro disco di pasta, sigillando bene i bordi per evitare la fuoriuscita del ripieno in cottura. Infornate a 170°C e fate cuocere per circa 40 minuti. Levate e servite.

Quiche italiènne

(pag. 144)

UNO SCRIGNO DI PASTA SFOGLIA CHE FONDE LA TRADIZIONE LORENA CON QUELLA ITALIANA, PER UN GUSTO CLASSICO QUANTO IRRINUNCIABILE, ADATTO AD OSPITI DI TUTTE LE ETÀ

Quiche italiènne

Ingredienti

250 g di pasta sfoglia
olio extravergine di oliva

per il ripieno

500 ml di panna fresca
6 uova
80 g di prosciutto cotto a fette
50 g di fontina a fette sottili
100 g di parmigiano grattugiato
3 ciuffi di prezzemolo
sale e pepe

1

RIVESTITE UNA TEGLIA CON LA SFOGLIA

Stendete la pasta in una sfoglia sottile spessa circa 1/2 cm. Aiutandovi con un pennello, ungete una teglia con un filo di olio. Foderate la teglia con la pasta sfoglia, avendo cura di fissarla bene ai bordi e di chiudere tutti gli spazi. Bucherellatela appena con i rebbi di una forchetta. Fate attenzione a non tenere la pasta sfoglia vicina a fonti di calore: il riscaldamento eccessivo ne comprometterebbe il risultato “sfogliato” in cottura.

2

COPRITE CON PROSCIUTTO E FONTINA

Disponete sopra la sfoglia le fette di prosciutto cotto in un unico strato, accavallandole leggermente. Proseguite con uno strato di fette sottili di fontina fino a coprire interamente lo strato di prosciutto. Un consiglio: foderate sempre la pasta con uno strato sottile di salumi o formaggi. Uno dei problemi più frequenti nella cottura della sfoglia è il fatto di rimanere cruda a causa del contatto con il composto liquido di farcitura.

3

SBATTETE LE UOVA CON IL LATTE

In una ciotola, aiutandovi con una frusta, sbattete le uova con un pizzico di sale e di pepe; versate la panna fredda e mescolate bene fino a ottenere un composto omogeneo.

4 UNITE IL PARMIGIANO...

Incorporate il parmigiano grattugiato e amalgamate ancora.

...E IL PREZZEMOLO

Sfogliate e sciacquate accuratamente il prezzemolo, quindi tritatelo finemente con un coltello. Profumate il composto di uova con il prezzemolo tritato e mescolate.

6 METTETE IL COMPOSTO SULLA SFOGLIA

Versate il composto ottenuto nella teglia, a coprire lo strato di formaggio. Assicuratevi che il composto arrivi a riempire bene anche i bordi. Ogni composto liquido che serve a farcire una preparazione gastronomica prende il nome di apparecchio. Per la preparazione delle torte rustiche, è preferibile un composto poco battuto e non montato. Utilizzate uova e panna ben fredde di frigorifero, così da dare un primo impatto di cottura alla sfoglia e far proseguire quella dell'apparecchio in maniera graduale e meno aggressiva.

7 CUOCETE E SERVITE

Infornate la quiche in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per almeno 25 minuti, poi abbassate a 140 °C e fate cuocere per altri 15-20 minuti. Sfornate, lasciate riposare per almeno 15 minuti e servite.

*

LA TORTA RUSTICA CHE SOGNAVA DI ESSERE UN PRIMO PIATTO PRENDE VITA IN UNO SFORMATO DI CARBONARA CON VERZA E PASTA FILLO

Crispy carbonara

Ingredienti

200 g di pasta fillo
150 g di foglie di verza
100 g di pancetta tesa a fette sottili
330 ml di panna fresca
200 g di spaghetti
4 uova
100 g di pecorino grattugiato
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Spezzate gli spaghetti e lessateli in abbondante acqua leggermente salata; scolateli bene, trasferiteli in una ciotola, conditeli con un filo di olio e lasciateli raffreddare. Sciacquate le foglie di verza e sbollentatele per pochi minuti in acqua bollente, quindi scolatele bene e lasciatele raffreddare. Una volta fredde, allargatele su un piano di lavoro e battetele leggermente con un batticarne, per sfibrarle. Tamponatele infine con carta assorbente da cucina.

2. In una ciotola, aiutandovi con una frusta, sbattete le uova con un pizzico di sale e di pepe; aggiungete la panna e il pecorino, e mescolate bene fino a ottenere un composto omogeneo. Incorporate infine gli spaghetti ormai freddi e amalgamate ancora.

3. Prendete i fogli di pasta fillo a gruppi di quattro e sovrapponeteli tra loro, mettendo un po' di burro fuso tra uno strato e l'altro con l'aiuto di un pennello. Con una maggiore quantità di strati si avrà un risultato più "sfogliato". Rivestite una teglia con la pasta fillo (in strati da quattro), fissandola ai lati sempre con un pochino di burro fuso. Abbiate cura di chiudere bene tutti gli spazi, compresi gli angoli, con la pasta fillo.

4. Foderate il fondo di pasta fillo con uno strato di fette sottili di pancetta, accavallandole leggermente; disponete sopra le foglie di verza e versate all'interno il composto di pasta, panna e uova. Infornate lo sformato a 170 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Sfornate, lasciate riposare per 10 minuti e servite.

Tiella di spada con scarola e olive di Gaeta

Ingredienti

per l'impasto
500 g di farina 00
130 g di strutto; 6 g di sale
200 g di acqua

per il ripieno
1 cespo di scarola
5 carciofi; 300 g di pesce spada in un trancio unico
120 g di olive di Gaeta già snocciolate; 1 limone
olio extravergine di oliva
sale

*

ISPIRATA A UN PIATTO DELLE COSTE LAZIALI, UNA TORTA SALATA SAPORITA, OTTIMA COME PIATTO UNICO

Preparazione

1. Per l'impasto: in un'impastatrice raccogliete lo strutto, il sale e l'acqua, e amalgamate accuratamente con il gancio. Incorporate gradualmente la farina e mescolate ancora fino a ottenere un impasto omogeneo, liscio e compatto. Formate una palla, rivestite con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno un'ora.

2. Mondate e lavate i carciofi, quindi tagliateli a spicchi e teneteli a bagno in acqua fredda, ghiaccio e succo di limone. Mondate e lavate la scarola; tagliatela a listerelle e conditela con un pizzico di sale e tre cucchiai di olio. Trasferitela in una casseruola, incoperchiate e fate cuocere a fuoco dolce per 15-20 minuti. Spegnete, lasciate raffreddare e tritate.

3. Scolate i carciofi e conditeli con un pizzico di sale e due cucchiai di olio; raccoglieteli in una casseruola ben calda, coprite e fate cuocere a fuoco dolce, mescolando di tanto in tanto, finché non saranno appassiti. Spegnete e lasciate raffreddare. Salate il trancio di spada, ungetelo con un filo di olio e scottatelo in una padella ben calda, pochi minuti per lato. Spegnete.

4. Aggiungete le olive, i carciofi saltati e il pesce spada, sfaldato con le mani, alla scarola fredda. Trascorso il tempo di riposo, stendete l'impasto in uno strato sottile di circa 3 mm; con un coltello ritagliate due dischi delle dimensioni della teglia che utilizzerete. Ungete la teglia con un filo di olio e foderate il fondo con un disco di pasta, facendolo aderire bene ai bordi e bucherellandolo con una forchetta.

5. Versate all'interno il ripieno e con un cucchiaio appiattitelo bene. Coprite con l'altro disco di pasta e sigillate bene i bordi, arrotolando la pasta su se stessa a formare un cordone intorno alla torta. Infornate a 175 °C per circa 25 minuti. Sfornate e servite tiepida o fredda.

ALICE TV

Curiosità, ospiti e tanti consigli per affrontare i fornelli senza alcun timore. Tutto questo e molto di più in "Cucina con me", il programma condotto da Fabio Campoli e Valeria Ciardello. Tutti i giorni, ore 18.30 su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

* IL COLORE E LA BONTÀ DELLA BIETOLA SERVITA IN CROSTA DOPPIA, TRA PASTA BRISÉE E SFOGLIA DI PARMIGIANO

Flan di bieta in crosta up & down

Ingredienti

per la pasta brisée
300 g di farina 00
100 g di burro
5 g di sale

per il ripieno
200 g di bieta già lessata
500 ml di latte
80 g di burro
75 g di farina
2 uova
180 g di parmigiano grattugiato
sale

vi servono inoltre
burro
farina

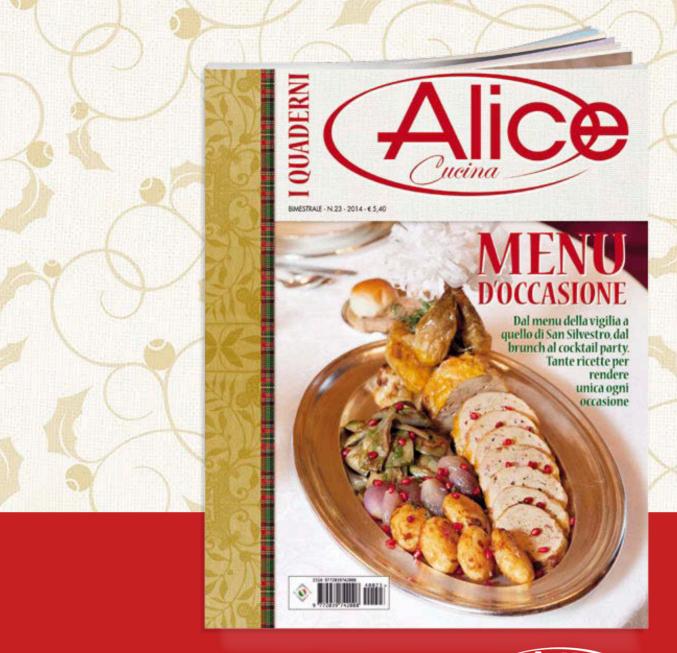
Preparazione

1. Per la pasta brisée: in un'impastatrice raccogliete la farina e il burro ammorbidito a temperatura ambiente, e lavorate fino a ottenere un impasto sabbioso. Aggiungete il sale e l'acqua (circa 150 ml) necessaria a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fate riposare per almeno un'ora.

2. Per il ripieno: in una casseruola fate fondere il burro, unite la farina e fate cuocere, mescolando in continuazione con una frusta, fino a ottenere un fondo di colore biondo. Spegnete e lasciate raffreddare.

3. In un mixer da cucina frullate la bieta con il latte; versate il composto ottenuto in una casseruola e mettete sul fuoco. Portate a bollore e aggiungetevi il composto di farina e burro freddo, continuando a mescolare con una frusta fino al raggiungimento di una buona densità. Trasferite il composto in un recipiente e lasciatelo raffreddare.

4. Incorporate al composto ormai freddo le uova e 80 g di parmigiano grattugiato. Regolate infine di sale. Stendete la pasta brisée in uno strato sottile, spesso circa 3 mm; imburrate e infarinate uno stampo e foderatelo con la pasta facendola aderire bene ai bordi. Versate all'interno il composto e spolverizzate la superficie con il parmigiano restante.

5. Stendete la pasta brisée avanzata, ritagliate tanti dischetti e decoratevi il bordo della torta. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Sfornate, lasciate raffreddare e infine servite.

C'ERA UNA VOLTA

ISPIRATI A UNA CUCINA POVERA E DI RICICLO, ECCO UN MENU DI FESTA (E NON SOLO) CON PROTAGONISTI PIATTI SEMPLICI E TRADIZIONALI, CARATTERIZZATI DA SAPORI SCHIETTI E RUSTICI

a cura della redazione - foto di SILVIA CENSI

Caponatina di ortaggi d'antan

Ingredienti (per 4 persone)

150 g di carote
150 g di radici di pastinaca
150 g di patate gialle
150 g di barbabietola
100 g di cimette di broccolo siciliano
2 scalogni
200 g di gorgonzola
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate e tagliate a dadini le patate, le radici di pastinaca e la barbabietola. Lavate le carote, raschiatele sotto l'acqua corrente, spuntatele e tagliatele a tocchetti spessi mezzo cm.

2. Affettate gli scalogni e fateli appassire in una casseruola con un filo di olio. Aggiungete tutti gli ortaggi, anche le cimette di broccolo, e fate stufare a fuoco basso per una ventina di minuti (o comunque finché gli ortaggi risulteranno cotti, ma non sfatti), bagnando ogni tanto con un po' di acqua bollente. Salate e profumate con una macinata di pepe.

3. Distribuite gli ortaggi in cocottine individuali, aggiungete qualche dadino di gorgonzola e passate in forno già caldo a 180 °C finché il formaggio inizierà a fondersi. Levate, portate in tavola e servite.

Stracciatella alla romana

Ingredienti (per 4 persone)

1,5 l di brodo di manzo
4 tuorli
1 limone
4 fette sottili di pane casereccio
1 rametto di maggiorana
parmigiano grattugiato
sale

Preparazione

1. Raccogliete i tuorli in una ciotola, unite il succo del limone e un po' della sua scorza grattugiata e lavorateli con una frusta. Intanto, filtrate il brodo e portatelo a bollore.

2. Versate i tuorli sbattuti in una casseruola e aggiungete pian piano il brodo bollente, sempre mescolando. Mettete su fuoco debolissimo e, continuando a mescolare, fate addensare leggermente (ci vorranno un paio di minuti al massimo). Se necessario, aggiustate di sale.

3. Profumate con qualche fogliolina di maggiorana, distribuite la stracciatella nelle fondine individuali e servite ben caldo, con un paio di cucchiai di parmigiano e con le fette di pane abbrustolite.

Lesso rifatto (come una volta)

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di muscolo di manzo bollito (quello del brodo)
5-6 cipolle bianche
200 g di pomodori pelati
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
1 rametto di origano
1 ciuffo di salvia
1 foglia di alloro
peperoncino; brodo di manzo
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Tagliate il bollito a pezzettoni. Affettate le cipolle e fatele appassire in una casseruola con un filo di olio finché saranno quasi trasparenti (se serve, bagnate con un po' di acqua).

2. Aggiungete i pomodori e il concentrato di pomodoro, diluito in poca acqua, e profumate con un po' di peperoncino (secondo i vostri gusti), origano, salvia e alloro; incoperchiate e fate stufare per una quindicina di minuti, mescolando spesso.

3. Regolate di sale, unite la carne e proseguite la cottura per altri 10-15 minuti finché tutto sarà ben amalgamato (nel caso bagnate con un po' di brodo bollente). Levate portate in tavola e servite.

SECONDO

Mele cotte con amaretti e vinsanto

Ingredienti (per 4 persone)

4 mele golden
1 limone
80 g di uvetta
40 g di granella di mandorle
mandorle a lamelle
qualche amaretto
vinsanto; burro
cannella in polvere
zucchero di canna
zucchero a velo

DOLCE

Preparazione

1. Fate ammollare l'uvetta in un po' di vin santo. Spremete il limone e filtrate il succo. Grattugiate la scorza e tenete da parte. Fate fondere 40 g di burro e lasciate intiepidire.

2. Lavate e asciugate le mele. Tagliate la calotta superiore, eliminate il torsolo senza bucare il fondo e lasciandole intere, e allargate il foro ottenuto, recuperando la polpa estratta. Spruzzate le mele con un po' di succo di limone per non farle annerire e tenete da parte.

3. Sbriciolate gli amaretti e raccoglieteli in una ciotola. Aggiungete la polpa estratta delle mele, sminuzzata, la granella di mandorle, l'uvetta, ben scolata, e un pizzico di cannella. Unite il burro fuso, un cucchiaino di scorza di limone grattugiata e un bicchierino di vinsanto, mescolate e lasciate riposare per una mezz'ora.

4. Farcite le mele con il ripieno e disponetele in una pirofila. Spolverizzate con un cucchiaio di zucchero di canna, qualche fiocchetto di burro e le lamelle di mandorla. Versate un bicchierino di vinsanto nella pirofila, mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per 35-40 minuti. Levate e servite, con una spolverizzata di zucchero a velo.

CARNI della Tradizione

CARNI BIANCHE E ROSSE SONO PROTAGONISTE DI SECONDI PIATTI DAI SAPORI ROBUSTI E SUBLIMI. IDEALI DA PORTARE IN TAVOLA PER LE OCCASIONI DI FESTA E NON SOLO...

a cura della redazione - foto e styling di ELISA ANDREINI e SABRINA ROSSI

Pollo arrosto con patate

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 pollo giovane
da circa 1 kg
1 kg di patate novelle
1 limone
2 rametti di rosmarino
olio extravergine di oliva
sale e pepe

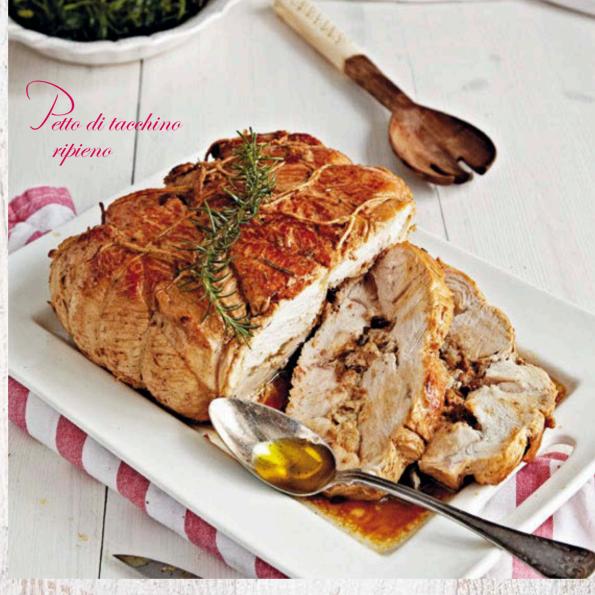
Preparazione

1. Pulite il pollo delle interiora e fiammeggiatelo, per eliminare qualsiasi residuo di piumaggio. Sciacquatelo accuratamente sotto acqua corrente e asciugatelo perfettamente.

2. Salate il pollo e profumatelo con una macinata abbondante di pepe, quindi massaggiatelo accuratamente sia all'interno sia all'esterno. Sbucciate il limone, tagliatelo a metà e inseritelo nel pollo insieme a un rametto di rosmarino. Legatelo infine con lo spago da cucina per tenerlo in forma durante la cottura.

3. Sbucciate le patate e disponetele sul fondo di una teglia da forno. Conditele con un filo di olio e un pizzico di sale, e profumate con una macinata abbondante di pepe e il rosmarino restante, spezzettato.

4. Disponete il pollo sulle patate, infornate in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere per circa 1 ora. Mentre il pollo è in cottura, giratelo un paio di volte e mescolate per bene anche le patate. Trascorso il tempo di cottura, levate, portate in tavola e servite immediatamente.

Petto di tacchino ripieno

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 petto di tacchino (due lobi); 100 g di porchetta; 50 g di parmigiano grattugiato
1 scalogno; 200 g di mollica di pane; 1 uovo; 50 g di datteri secchi; 50 g di fichi secchi o prugne secche; 1 dl di vino bianco; 1 ciuffo di salvia; 1 rametto di rosmarino
1 bicchierino di marsala; latte; burro; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Affettate lo scalogno e fatelo stufare dolcemente in una casseruola con una noce di burro, aggiungete la porchetta, sminuzzata, bagnate con il marsala e fate sfumare.

2. Spegnete e raccogliete tutto in una ciotola. Unite la mollica di pane, ammorbidita in un po' di latte e strizzata, il parmigiano e l'uovo, e amalgamate. Al termine, regolate di sale.

3. Unite la frutta secca, tagliata a pezzettoni, profumate con una macinata di pepe e amalgamate ancora. Aprite a libro i due lobi di petto di tacchino, salate e pepate e farcite con il composto preparato. Richiudete ogni lobo e legate con spago da cucina.

4. Fate rosolare i due lobi farciti in una padella con una noce di burro e un filo di olio, profumate con la salvia e il rosmarino, bagnate con il vino bianco e lasciate sfumare. Incoperchiate e proseguite la cottura a fuoco basso, in modo che le carni cuociano uniformemente anche all'interno.

5. Scoprite, alzate la fiamma e proseguite la cottura finché il fondo si sarà ridotto. Levate, portate in tavola e servite.

Maiale in crosta di patate

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di arista di maiale
600 g di patate
50 g di farina 00
1 rametto di timo
senape forte
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Legate l'arista con spago da cucina. Scaldate un filo di olio in un tegame, unite la carne e fatela rosolare in modo uniforme (facendo attenzione a non forarla mentre la girate) finché non risulterà di un bel colore nocciola. Al termine, levatela, slegatela e cospargetela di senape.

2. Sbucciate le patate e grattugiatele con un grattugia a fori larghi. Raccogliete le patate grattugiate in una ciotola, unite la farina, condite con un pizzico di sale e una macinata di pepe e mescolate con cura.

3. Distribuite il composto di patate e farina su un foglio di carta da forno formando un rettangolo lungo poco più dell'arista. Cospargete il rettangolo con foglioline di timo e condite con un pizzico di sale e di pepe.

4. Adagiate l'arista vicino al bordo lungo e avvolgetela nel composto di patate, aiutandovi con il foglio di carta forno, che chiuderete ai lati. Disponete il rotolo in una teglia e infornate a 200 °C per circa 30 minuti. Trascorso il tempo, levate e lasciate riposare per qualche minuto. Eliminate il foglio di carta forno, tagliate a fettine il rotolo e servite.

Falsomagro

Ingredienti (per 6 persone)

800 g di fesa di vitella; 200 g di prosciutto crudo; 200 g di salsiccia di maiale fresca
5 uova; 100 g di lardo; 80 g di carne tritata; 1 cipollotto; 1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo; 100 g di caciocavallo; 60 g di pecorino con il pepe
80 g di piselli teneri già sbollentati; 1 dl di vino rosso; 300 g di passata di pomodoro
30 g di conserva di pomodoro; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Fate rassodare 4 uova per 8 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sgusciatele e tagliatele a fette. Battete con un batticarne la fesa di vitella per assottigliarla il più possibile.

2. Tritate il lardo e il prosciutto e raccoglieteli in una ciotola. Unite il caciocavallo e il pecorino, grattugiati, la salsiccia, spellata e sgranata, e la carne tritata. Aggiungete i pisellini, l'uovo rimasto, leggermente sbattuto, l'aglio e il prezzemolo tritati. Amalgamate bene, condite con un pizzico di sale e di pepe e lavorate ancora.

3. Spalmate sulla fetta di carne il composto preparato, lasciando un bordo di circa un paio di cm, per evitare che la farcia fuoriesca. Distribuite sopra gli spicchi di uova, arrotolate la carne e legatela bene con spago da cucina.

4. Affettate il cipollotto e fatelo appassire in un tegame con 4-5 cucchiai di olio. Unite il rotolo e fatelo rosolare. Bagnate con il vino e sfumate.

5. Aggiungete la passata e la conserva, salate, pepate e fate cuocere a fuoco basso per circa 45 minuti (nel caso potete aggiungere un po' di acqua calda). Trascorso il tempo, levate e lasciate intiepidire. Infine, liberate il falsomagro dallo spago e servitelo a fette, irrorato con il suo sughetto tenuto in caldo.

SEI UN
PIZZAIOLO
FUORI
DAL COMUNE?
AMI LE SFIDE?

2015: UN ANNO DI VINO

CELEBRIAMO GENNAIO CON LA QUALITÀ DEI VINI ITALIANI

di ALESSANDRO APOLITO

Fu Giulio Cesare a fissare il capodanno al 1° gennaio e furono i Romani a portare la vite in tutta Europa, anticipando così le rotte che le esportazioni del vino ancora oggi percorrono. Rossi, bianchi, spumanti o dolci. Ampio il ventaglio di scelta tra le eccellenze vere, per festeggiare l'anno che inizia.

Divertitevi allora a viaggiare dal Sud al Nord della Penisola alla ricerca dei magnifici territori vinicoli, che offriranno dappertutto lo spettacolo della natura e dell'uomo che insieme danno vita a un prodotto emozionante come il vino. Buon viaggio, allora, e buon anno!

PRIMO

CHIANTI CLASSICO CASTELLARE DI CASTELLINA

Se lo dovessimo descrivere per immagini questo vino sarebbe una splendida casa di campagna toscana, una giacca di cachemire cucita dal miglior sarto, una gemma preziosa. È l'eleganza la dominante di questo Chianti Classico, prodotto di magnifica complessità aromatica e di gusto eccellente. Castellare di Castellina è un top wine, non solo italiano.

IDEALE CON:

Caserecce al grano saraceno con radicchio di Chioggia e fagioli (pag. 105)

SECONDO

BARBERA D'ASTI LAVIGNONE PICO MACCARIO

Morbidezza in gran risalto per questo vino piemontese, che regala anche al naso una nota netta di ciliegia. Ben bilanciate sapidità e freschezza, al gusto è pieno e con una lunga persistenza gustativa. Bello anche il packaging di semplice raffinatezza, che rende questa bottiglia un regalo perfetto per tutti gli appassionati.

IDEALE CON:

Cotechino imprigionato (pag. 128)

PRIMO

VERMENTINO CANTINE LUNAE

Colpisce già al profumo questo vermentino, che richiama con grande delicatezza la mineralità delle vigne liguri dove viene coltivato. Grandi uve e una saggia interpretazione del territorio, rendono questo Lunae un prodotto davvero interessante. Si gioca con gli astri, offrendo al palato un gusto stellare, che rimanda non solo all'uva ma anche alla freschezza della macchia mediterranea.

IDEALE CON:

Trofie al pesto di broccoli e pecorino (pag. 76)

PRIMO

BACCAROSSA POGGIO LE VOLPI

Il Baccarossa è un simbolo, quello della riscossa del vino laziale. Poggio Le Volpi, infatti, rientra tra quelle aziende che rappresentano il rinascimento enologico della Regione. Eccellente la sua struttura, il suo corpo pieno, che già all'occhio impressiona per profondità della tinta. Bella marasca al naso, che poi in bocca chiude senza spigoli, in ottimo equilibrio gustativo.

IDEALE CON:

Risotto con barbabietole salsiccia e provola affumicata *(pag. 83)*

SECONDO

FELDMARSCHALL VON FENNER TIEFENBRUNNER

Siamo in Alto Adige e l'uva è Müller Thurgau. Il risultato è un bouquet originale e ampio che richiama albicocca e pesca, con un sottofondo minerale di apprezzato valore. Ma è il palato che colpisce ancor di più per l'equilibrio e la rotondità del gusto. Raffinato anche nella sua etichetta, questo vino sembra tedesco ma ha un'anima profondamente italiana.

IDEALE CON:

Scaloppa di rombo alla Maître Hotel *(pag. 38)*

DOLCE

PICOLIT CUMINS LIVON

Dolcezza, ma non solo. Questo vino è un territorio, una poesia, un luogo di sogno. Già all'olfatto si possono avvertire netti i richiami all'acacia, alla mandorla, ai fiori bianchi. Delicatezza, che poi si fa carezza al palato, con un gusto non barocco e non stucchevole. La luce del sole non ha bruciato queste uve, le ha maturate fino a regalare piacere.

IDEALE CON:

Bavarese mango e pistacchio *(pag. 164)*

PRIMO

ISAAC BALADIN

Un sorso di freschezza e di originalità. La Isaac del birrificio Baladin è una perfetta compagna di conversazioni. Il suo profumo ricorda i bouquet di alcuni vini aromatici, con richiami decisi all'albicocca e ai fiori gialli. La spuma è ricca e il gusto pieno. La si potrebbe definire beverina, per l'invito ad assaggiarne ancora dopo il primo sorso.

IDEALE CON:

Cotechino piastrato su vellutata di porcini castagne e noci *(pag. 131)*

IMBUCATE!

CHI SI CIMENTA CON L'ALTA PASTICCERIA, SOPRATTUTTO PER LA PRIMA VOLTA, SA BENE CHE… NON TUTTE LE "TORTE" VENGONO CON IL BUCO! GIANLUCA ARESU NE REALIZZA BEN TRE: SCENOGRAFICHE E GHIOTTISSIME, GRAZIE ALLE SCUOLE DI CUCINA E AI CONSIGLI DEL MAÎTRE CHOCOLATIER, SONO ANCHE SEMPLICISSIME DA REALIZZARE

di EMANUELA BIANCONI; ricette di GIANLUCA ARESU - foto e styling di ELISA ANDREINI

Torta lemon pie

Ingredienti

per la frolla sablé
75 g di burro; 35 g di zucchero a velo
10 g di uova; 110 g di farina
1 bacca di vaniglia; sale

per la frolla montata
370 g di burro morbido; 60 g di albume
150 g di zucchero a velo; 450 g di farina
1 bacca di vaniglia; sale

per la crema al limone
100 g di succo di limone
15 g di zeste di limone; 170 g di uova
120 g di zucchero; 160 g di burro
4 g di gelatina in fogli

per i marshmallows
100 g di albume; 200 g di zucchero
50 g di acqua; 80 g di glucosio
70 g di zucchero invertito
25 g di gelatina in fogli
1 bacca di vaniglia

vi servono inoltre
riso soffiato
cioccolato gianduia
fragole

Preparazione

1. Per la frolla sablé: impastate il burro morbido con lo zucchero a velo; incorporate le uova, la vaniglia e la farina, setacciata con il sale. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigo per una notte. Stendete la frolla e con un coppapasta da 18 cm di diametro ricavate un disco. Inseritelo all'interno di un anello in acciaio sempre da 18 cm di diametro e disponete al centro un coppapasta da 10 cm di diametro (**foto A**).

2. Per la frolla montata: in una planetaria montate il burro con lo zucchero, la vaniglia e il sale. Aggiungete l'albume e continuate a montare. Sostituite la frusta con la foglia, unite la farina (**foto B**) e amalgamate. Con una bocchetta a stella e con un movimento a onda, disponete il composto all'interno, così da creare un contenitore (**foto C**).

3. Adagiate sui bordi delle strisce di cartone in modo tale da sostenere la frolla in cottura (**foto D**). Infornate a 170 °C per circa 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare. Per la crema: con una frusta lavorate le uova con lo zucchero; aggiungete il succo di limone e le zeste, e fate cuocere al microonde fino a ottenere la giusta consistenza. Incorporate la gelatina, ammorbidita in acqua fredda e strizzata, e infine il burro; disponete la crema sulla frolla (**foto E**) e lasciate raffreddare, quindi levate gli anelli di acciaio.

4. Per i marshmallows: portate a bollore zucchero e acqua, aggiungete il glucosio e lo zucchero invertito, e portate a 118 °C. In una planetaria iniziate a montare l'albume con la vaniglia; versate a filo lo sciroppo e infine la gelatina, ammorbidita in acqua e poi sciolta al microonde. Continuate a montare fino a raffreddamento. Con un sac à poche con bocchetta gianduia stendete sulla torta creando un movimento a onda (**foto F**).

5. Tostate del riso soffiato al microonde. Fate sciogliere il cioccolato gianduia e temperatelo. Unitelo al riso soffiato e mescolate bene. Con l'aiuto di due cucchiai formate tanti piccoli croccanti. Guarnite con i croccanti e le fragole, tagliate a metà, e servite.

Bavarese mango e pistacchio

Ingredienti

per la gelée al mango
500 g di polpa di mango; 100 g di zucchero
12 g di gelatina

per la bavarese al pistacchio
500 g di latte ; 150 g di zucchero
150 g di tuorli; 17 g di gelatina
40 g di pasta di pistacchi; 500 g di panna

per il biscotto al cacao
500 g di uova; 250 g di zucchero
200 g di farina; 50 g di cacao amaro
1 bacca di vaniglia

per la decorazione
cioccolato bianco; biossido di titanio
burro di cacao; gelatina neutra; more; lamponi

Preparazione

1. Per la gelée: riscaldate la polpa di mango con lo zucchero e incorporatevi la gelatina, precedentemente ammorbidita in acqua fredda e ben strizzata. Versate all'interno di uno stampo in silicone da 14 cm di diametro, trasferite in freezer e fate rassodare. Con un coppapasta da 6 cm di diametro ricavate un buco al centro del disco.

2. Per la bavarese: in un pentolino fate scaldare il latte con la pasta di pistacchi. A parte lavorate i tuorli con lo zucchero; versate il latte caldo, mescolate bene, rimettete sul fuoco e portate alla temperatura di 85 °C. Spegnete e incorporate la gelatina, precedentemente ammorbidita in acqua fredda e ben strizzata. Lasciate raffreddare e unite, in due, tre volte, la panna semimontata.

3. Per il biscotto al cacao: in una planetaria montate gli albumi con lo zucchero; quando il composto risulterà ben montato e stabile, aggiungete a filo i tuorli e continuate a montare. Setacciate la farina e il cacao e unitele alla montata con la vaniglia mescolando delicatamente dal basso verso l'alto. Stendete il composto e infornate a 250 °C per pochi minuti. Sfornate, lasciate raffreddare e con un coppapasta ricavate un disco da 18 cm di diametro.

4. Per il montaggio: foderate con la pellicola trasparente il fondo di un anello di acciaio da 18 cm di diametro e alto 2 cm. Adagiate al centro la gelée di mango (**foto A**), versate la bavarese al pistacchio (**foto B**) e lasciate rapprendere. Disponete infine il biscotto al cioccolato (**foto C**) e trasferite in freezer.

5. Create una cialda: su una striscia di acetato stendete una parte di cioccolato bianco, a cui avrete aggiunto del biossido di titanio e del burro di cacao. Stendete (**foto D**) e lasciate rapprendere fino a raggiungere una buona elasticità. Sollevate la striscia (**foto E**) e fatevi scorrere sopra un anello di acciaio, rivestito con carta forno (**foto F**). Lasciate rapprendere.

6. Trascorso il tempo di riposo, eliminate la pellicola trasparente (**foto G**), sformate la torta e passate uno strato sottile di gelatina neutra a freddo (**foto H**). Mettete delicatamente attorno alla torta la cialda di cioccolato bianco, decorate con lamponi e more, e servite.

Ciambella di bignè con mousse al cioccolato

In libreria "50 sfumature di cioccolato", il libro di Gianluca Aresu, tutto dedicato a questo peccaminoso ingrediente (LT Editore, 19,90 euro).

Ingredienti

per la pasta bignè
85 g di burro; 1 g di sale
135 g di farina; 190 g di tuorli

per la base semifreddo
125 g di tuorli pastorizzati; 50 g di zucchero
65 g di zucchero fondente

per la mousse al cioccolato fondente
250 g di cioccolato fondente
200 g di base semifreddo
450 g di panna semimontata

vi servono inoltre
300 g di fragole; foglie di cioccolato fondente
1 tuorlo; granella di zucchero

Preparazione

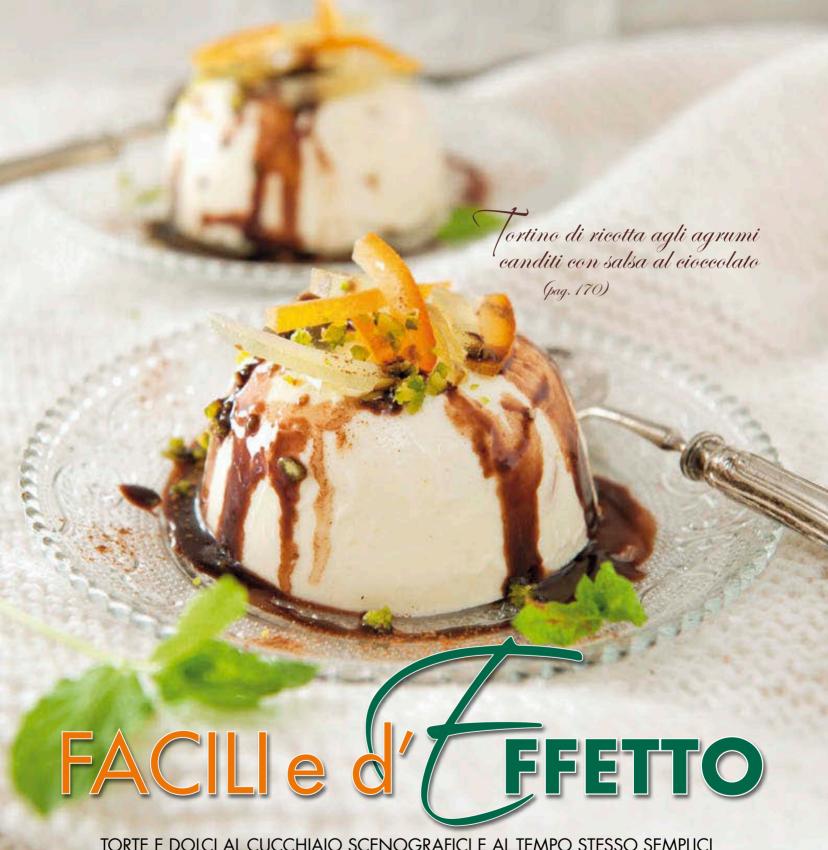
1. Per la pasta bignè: in una pentola portate a bollore 165 g di acqua con il burro e il sale. Versate a pioggia la farina e mescolate energicamente fino a che il composto non si stacca dalle pareti. Trasferite il composto ottenuto in una planetaria e mescolate con la foglia fino a raffreddamento.

2. Versate a filo e in più volte i tuorli e continuate a mescolare. Una volta pronto, raccogliete il composto in un sac à poche con bocchetta liscia e realizzate due grossi cerchi su un foglio di carta forno (foto A). Spennellate con il tuorlo e cospargete con la granella di zucchero (foto B). Infornate a 190 °C e fate cuocere per circa 15 minuti. Levate e lasciate raffreddare, quindi tagliate a metà (foto C).

3. Per la base semifreddo: in una planetaria schiumate i tuorli; unite lo zucchero e continuate a montare. Aggiungete lo zucchero fondente, a pezzetti e poco per volta, e proseguite a lavorare fino a quando il composto avrà triplicato il suo volume.

4. Per la mousse: fate sciogliere il cioccolato fondente, aggiungete una parte di panna e mescolate energicamente (foto D). Incorporate la base semifreddo e alleggerite il tutto con la panna restante. Raccogliete il composto in un sac à poche e farcite i dischi di pasta bignè (foto E). Guarnite con le fragole tagliate a pezzetti (foto F) e chiudete con l'altra metà del disco (foto G). Guarnite la superficie con ciuffetti di mousse (foto H) e foglie di cioccolato fondente, e servite.

Tortino di ricotta agli agrumi canditi con salsa al cioccolato
(pag. 170)

FACILI e d'EFFETTO

TORTE E DOLCI AL CUCCHIAIO SCENOGRAFICI E AL TEMPO STESSO SEMPLICI DA REALIZZARE? FELICETTA ARGENTINO COMPIE LA *MISSION IMPOSSIBLE* E PREPARA IRRESISTIBILI GHIOTTONERIE, TUTTE DA REPLICARE CON GRANDE FACILITÀ E… DA DIVORARE ALL'ISTANTE

a cura della redazione; ricette di **FELICETTA ARGENTINO** - foto di **ANGELA DE SANTIS** e **LUCA LUPORI**

Cheesecake mediterranea

(pag. 170)

* Felicetta Argentino è di Marzamemi, piccolo borgo in provincia di Siracusa. Grazie alla mamma Irene, cresce con una grande passione, quella per la cucina. E diventa una cuoca di ordinaria... virtù.

Tortino di ricotta agli agrumi canditi con salsa al cioccolato

Ingredienti

500 g di ricotta di pecora (messa a colare dal giorno precedente)
200 ml di panna fresca
160 g di zucchero
3 tuorli
2 fogli di colla di pesce
6 filetti di scorza di arancia candita
6 filetti di scorza di limone candita
100 ml di latte

vi servono inoltre

1 ciuffo di menta
granella di pistacchi di Bronte
scorze di arancia e limone candite

Preparazione

1. In una terrina setacciate la ricotta e trasferitela in frigorifero. In un pentolino di acciaio raccogliete i tuorli con lo zucchero, metteteli a bagnomaria e iniziate a lavorare con un cucchiaio di legno; versate a filo il latte caldo e fate cuocere fino ad addensamento, mescolando in continuazione e facendo attenzione a non fare bollire eccessivamente l'acqua. La crema sarà pronta quando scomparirà la schiuma in superficie.

2. Nel frattempo mettete la colla di pesce in ammollo in acqua fredda per 10 minuti. Quando la crema sarà pronta, incorporate la colla di pesce, ben strizzata, e mescolate accuratamente. Togliete dal bagnomaria e lasciate intiepidire.

3. Aggiungete la crema e i canditi, tagliati a cubetti, alla ricotta e amalgamate; incorporate infine la panna montata mescolando delicatamente. Disponete una fettina di scorza di arancia o limone sul fondo degli stampini e versatevi sopra il composto; trasferite in frigorifero e lasciate riposare per almeno 4 ore.

4. Trascorso il tempo di riposo, sformate i tortini sui piatti da dessert e decorate la superficie con le scorze degli agrumi, la granella di pistacchi e qualche fogliolina di menta. Versate sopra la salsa al cioccolato e servite.

Salsa al cioccolato

Ingredienti

1 cucchiaio di cacao amaro in polvere
1 cucchiaio di moscato
3 cucchiai di zucchero
3 cucchiai di acqua

Preparazione

In un pentolino raccogliete lo zucchero, l'acqua e il cacao; mescolate accuratamente con un cucchiaio di legno e mettete sul fuoco. Fate cuocere per 5 minuti e portate a ebollizione su fiamma dolce. Aggiungete il moscato e togliete dal fuoco. Mescolate ancora e tenete da parte fino al momento di servire il tortino di ricotta.

Cheesecake mediterranea

Ingredienti (per 6-8 persone)

per la base

400 g di cannoli vuoti
170 g di burro a temperatura ambiente
1 cucchiaio di passito di Pantelleria

per il ripieno

500 g di ricotta di pecora (messa a colare dal giorno precedente)
250 g di mascarpone
150 g di zucchero a velo
100 g di cioccolato di Modica tritato grossolanamente
1 pizzico di cannella
pezzetti di cannolo tritati

per la decorazione

fettine di arancia candite
fettine di limone candite
ciliegie candite
mandorle di Avola o Noto
granella di mandorle di Avola o Noto
granella di pistacchi di Bronte
pezzetti di cioccolato di Modica tritato

Preparazione

1. Preparate la base: in un robot da cucina raccogliete i cannoli vuoti, il burro e il passito; tritate bene fino a ottenere un composto bricioloso. Sistemate le briciole sul fondo di una tortiera a cerniera (da 24 cm di diametro), rivestita con carta forno, e con un cucchiaio premete per ottenere uno strato compatto. Trasferite in frigorifero e fate riposare per almeno mezz'ora.

2. Nel frattempo preparate il ripieno: setacciate la ricotta e raccoglietela in una terrina; unite il mascarpone, lo zucchero, la cannella, il cioccolato, tritato grossolanamente, e i pezzetti di cannolo tritati. Amalgamate accuratamente con un cucchiaio di legno.

3. Versate il ripieno ottenuto sulla base e, aiutandovi con una spatola, livellate bene. Tritate grossolanamente le fettine di arancia e limone canditi e lasciatene qualche filetto intero. Cospargete la superficie con la frutta candita, le mandorle intere e tritate, e la granella di pistacchi. Completate con il cioccolato tritato, trasferite in frigorifero e lasciate riposare per almeno 4 ore. Trascorso il tempo di riposo, sformate su un piatto da portata e servite.

Pan di Spagna alla mandorla con crema di ricotta al mandarino di Sicilia

Ingredienti (per 6 persone)

1 pan di Spagna (da 24x10 cm)
500 g di ricotta di pecora
150 g di marmellata di mandarino
3 fogli di colla di pesce
100 ml di panna fresca
80 g di granella di mandorle
80 g di cioccolato fondente di Modica
10 filetti di scorza di arancia candita
liquore alla mandorla
zucchero; cannella

per la decorazione

150 g di scorze di arancia candite
150 g di zucchero a velo
liquore alla mandorla

Preparazione

1. Mettete in ammollo in acqua fredda la colla di pesce. Strizzatela bene, trasferitela in un pentolino e aggiungete tre cucchiai di liquore; mettete sul fuoco e fate sciogliere su fiamma bassissima. Nel frattempo montate la panna e trasferitela in frigorifero.

2. In una terrina passate al setaccio la ricotta, messa a colare dal giorno precedente, e lavoratela con due cucchiai di zucchero; aggiungete le scorze di arancia, tagliate a dadini, la marmellata, il cioccolato, tritato, la granella di mandorle, un pizzico di cannella e la colla di pesce, e amalgamate accuratamente. Incorporate infine la panna montata mescolando delicatamente.

3. Tagliate il pan di Spagna in due e adagiatene uno strato in uno stampo a cassetta, rivestito con carta forno. Bagnatelo leggermente con il liquore, versate sopra la crema, livellatela con una spatola e adagiatevi sopra il pan di Spagna rimasto, bagnato con il liquore. Coprite con la pellicola trasparente e mettete in frigorifero per un giorno.

4. Trascorso questo tempo, sformate il pan di Spagna e preparate una glassa con lo zucchero a velo stemperato con 4-5 cucchiai di liquore; ricoprite il dolce con la glassa e, appena questa si sarà solidificata, decorate la superficie con le scorze di arancia candite. Portate in tavola e servite.

Torta di carote all'arancia

(pag. 174)

Charlotte alle mele al profumo di vaniglia

(pag. 174)

Torta di carote all'arancia

Ingredienti (per 6-8 persone)

400 g di carote
150 g di mandorle di Avola o di Noto già sgusciate
200 g di zucchero
100 g di farina 00
100 g di burro a temperatura ambiente
3 uova
1 albume
1 cucchiaino di lievito in polvere
1 cucchiaino di cannella in polvere
1 arancia
3 cucchiai di succo di arancia

per la decorazione

1 arancia
mandorle già sgusciate
stecche di cannella
zucchero a velo

Preparazione

1. Spuntate le carote e raschiatele sotto l'acqua corrente, quindi sciacquatele e tritatele finemente con un robot da cucina. Sciacquate e asciugate l'arancia. In una terrina lavorate il burro con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; unite la scorza grattugiata dell'arancia, tre cucchiai di succo e la cannella. Incorporate le uova, uno alla volta, e continuate a montare.

2. Tritate finemente le mandorle e miscelatele alla farina, setacciata con il lievito. Unite tutto al composto di burro e uova e proseguite a montare; aggiungete le carote e l'albume, montato a neve ben ferma, e amalgamate mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto.

3. Rivestite con carta forno uno stampo (da 26 cm di diametro) e versatevi il composto; infornate a 180 °C e fate cuocere per 35 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare. Sformate la torta su piatto da portata, decorate la superficie con la scorza dell'arancia, tagliata a nastri sottili, le stecche di cannella e qualche mandorla. Spolverizzate leggermente con lo zucchero a velo, portate in tavola e servite.

Charlotte alle mele al profumo di vaniglia

Ingredienti (per 6-8 persone)

1 pandoro
4 mele
50 g di zucchero di canna
1 cucchiaino di cannella
1 cucchiaino di zenzero grattugiato
150 g di uvetta
1 bicchierino di passito di Pantelleria
5 cucchiai di marmellata alle mele; burro

per la crema

500 ml di latte
3 tuorli
50 g di farina 00
130 g di zucchero
1 bacca di vaniglia
2 fogli di colla di pesce

per la decorazione

300 ml di panna fresca
ciliegie candite

Preparazione

1. Sbucciate le mele, privatele del torsolo e tagliatele a pezzetti. Mettete l'uvetta in ammollo nel passito per 20 minuti. Fate sciogliere un cucchiaio di burro in un tegame, aggiungete le mele a pezzetti, lo zucchero, la cannella, lo zenzero e l'uvetta, ben strizzata; fate insaporire per 3 minuti su fiamma dolce, mescolando delicatamente, e infine spegnete.

2. Per la crema: in una casseruola scaldate il latte con i semi della bacca di vaniglia. Fate ammorbidire i fogli di colla di pesce in acqua fredda. In una ciotola montate i tuorli con lo zucchero e la farina, versate a filo il latte caldo e fate cuocere per 5-10 minuti mescolando in continuazione. Una volta addensata, incorporate la gelatina, ben strizzata, e mescolate con cura. Togliete dal fuoco e filtrate la crema. Fate raffreddare, aggiungete le mele e amalgamate ancora.

3. Tagliate il pandoro a fette e spalmate leggermente la marmellata su entrambi i lati; rivestite con queste il fondo e i lati di uno stampo per charlotte (da 15 cm di diametro e 10 cm di altezza), foderato con carta forno. Versate metà crema e coprite con un altro strato di pandoro, sempre spalmato con la marmellata, quindi completate con la crema restante e coprite con un altro strato di pandoro.

4. Pressate la superficie e spennellate con un leggero strato di marmellata. Infornate la charlotte a 180 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Sfornate e fate raffreddare per almeno 15-20 minuti, quindi sformate su un piatto da portata e decorate con panna montata e ciliegie candite. Portate in tavola e servite.

Semifreddo al pistacchio in salsa di cachi e vino cotto

Ingredienti (per 8-10 persone)

3 albumi
200 g di zucchero
400 g di panna fresca
200 g di crema di pistacchi di Bronte
100 g di pistacchi di Bronte
200 g di biscotti ai cereali

per la decorazione
4 cachi
150 g di granella di pistacchi di Bronte
cannella in polvere
vino cotto

Preparazione

1. In una casseruola fate sciogliere lo zucchero con 80 ml di acqua, portando il composto alla temperatura di 121 °C (deve arrivare al bollore). Nel frattempo con le fruste elettriche iniziate a montare gli albumi: è importante calcolare bene i tempi, poiché sciroppo e albumi devono essere pronti contemporaneamente.

2. Versate a filo lo sciroppo caldo sugli albumi montati e continuate a montare ad alta velocità. Quando avrete versato tutto lo sciroppo, diminuite la velocità e lasciate montare fino a raffreddamento. Unite la crema di pistacchi e mescolate ancora. Montate la panna al 70 per cento e con una spatola incorporatela delicatamente alla meringa. Completate con i pistacchi tritati finemente e amalgamate.

3. Rivestite otto stampini a cono con la pellicola trasparente; con un sac à poche distribuite il composto negli stampini, sbriciolatevi sopra almeno due biscotti per ciascun semifreddo e compattate bene con le mani. Trasferite in freezer per almeno 4 ore.

4. Preparate la salsa: pelate i cachi, raccoglieteli in un mixer da cucina e frullate. Al momento di servire, immergete gli stampini nell'acqua calda per qualche secondo e sformateli sui piattini da dessert, velati con la salsa di cachi. Guarnite con la granella di pistacchi e un filo di vino cotto. Spolverizzate con un po' di cannella e servite.

Nel SACCO

QUEST'ANNO RIEMPITE LA CALZA DI GOLOSI BISCOTTINI HANDMADE. REALIZZATI CON UNA FRAGRANTE FROLLA AROMATIZZATA ALL'ARANCIA, RIVESTITI CON PASTA DI ZUCCHERO E INFINE DECORATI A MANO, FARANNO FELICI I PICCOLI DI CASA

a cura della redazione; ricetta di **ROXANA MARA LICHE**
foto e styling di **ELISA ANDREINI**

* Roxana Mara Liche è decoratrice e cake designer. Il suo blog è blog.alice.tv/cakebyrox.

Frollini all'arancia della Befana

Ingredienti

per la frolla all'arancia
500 g di farina (più altra per spolverizzare)
200 g di zucchero a velo
4 tuorli
250 g di burro
5 g di lievito in polvere
la scorza di 1 arancia grattugiata

per la decorazione
pasta di zucchero gialla
colorante alimentare rosso
gelatina alimentare
glitter alimentare

Preparazione

1. Fate la classica fontana con la farina, unite al centro lo zucchero a velo, i tuorli, il burro freddo a dadini, il lievito e la scorza di arancia grattugiata, e lavorate velocemente fino a ottenere un impasto sodo, omogeneo ma non elastico. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per un'ora.

2. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta frolla a uno spessore di circa 5 mm, spolverizzandola con un pochino di farina (**foto A**); con un tagliapasta tondo (da circa 5-6 cm di diametro) ricavate tanti biscottini e trasferiteli in una teglia, rivestita con carta forno. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 10 minuti. Sfornate e fate raffreddare.

3. Aiutandovi con uno stecchino, aggiungete alcune gocce di colorante rosso alla pasta di zucchero (**foto B**) e impastate molto velocemente (dovranno rimanere delle macchie di colore). Stendete la pasta e, con lo stesso tagliapasta utilizzato per i biscotti, ricavate tanti dischetti.

4. Spalmate un pochino di gelatina alimentare sui biscotti, quindi adagiatevi sopra la pasta di zucchero e lasciate asciugare perfettamente. A questo punto con un pennarello alimentare disegnate a mano libera la sagoma della Befana sulla scopa (**foto C**). Non preoccupatevi se i biscotti non saranno tutti uguali: il bello sarà proprio questo. Con un pennellino spolverizzate i biscotti con il glitter (**foto D**) e lasciate asciugare.

Tentazioni al CIOCCOLATO

IL PECCATO DI GOLA PER ECCELLENZA È PROTAGONISTA DI VOLUTTUOSI E SEDUCENTI DOLCI AL CUCCHIAIO, E DI UN'IRRESISTIBILE E MORBIDA TORTA CAPRESE. IMPOSSIBILE RESISTERE...

a cura della redazione - foto di CLAUDIA GARGIONI e SILVIA CENSI

SCUOLA DI CUCINA

Parfait al cioccolato con salsa alla vaniglia

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 ml di panna fresca
100 g cioccolato fondente
120 g di zucchero
5 tuorli

per la salsa alla vaniglia

250 ml di panna fresca
75 ml di latte; 3 uova
1 stecca di vaniglia
75 g di zucchero
20 g di farina

1

INIZIATE CON SCIROPPO E CIOCCOLATO

Sciogliete a bagnomaria il cioccolato. A parte, raccogliete lo zucchero e 1 dl di acqua in una casseruola; mettete sul fuoco e portate alla temperatura di 121 °C fino a ottenere uno sciroppo.

2

INCORPORATE TUTTO AI TUORLI

Montate i tuorli e unite a filo lo sciroppo e il cioccolato fuso. Aggiungete la panna, precedentemente montata, e incorporatela delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto. Versate il composto in uno stampo per plumcake in silicone e lasciate riposare in freezer.

3

PASSATE ALLA SALSA ALLA VANIGLIA E...

In un pentolino raccogliete la panna e il latte; incidete la stecca di vaniglia per il senso della lunghezza e unitela alla panna, quindi portate a bollore a fuoco dolce. Spegnete e lasciate in infusione per circa 30 minuti. In una terrina lavorate le uova con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; versate la panna, filtrandola attraverso un colino, unite la farina e mescolate delicatamente.

4

...FATELA CUOCERE, COMPLETATE E SERVITE

Versate il composto nel pentolino, mettete su fuoco bassissimo e fate addensare la crema senza mai portarla a bollore. Spegnete e trasferite in una salsiera. Sformate il parfait e servite nappando con la salsa alla vaniglia.

Mousse al cioccolato con mandorle al caramello salato

Ingredienti (per 6 persone)

200 g di cioccolato fondente al 70%
6 uova

per le mandorle al caramello
200 g di mandorle già sgusciate
100 g di zucchero
10 g di burro
olio extravergine di oliva
fleur de sel

Preparazione

1. Spezzettate il cioccolato e fatelo fondere in una casseruola a bagnomaria. Lavorate i tuorli con una frusta, unite il cioccolato fuso e lavorate ancora fino a ottenere un composto piuttosto compatto. Unite gli albumi montati, incorporandoli con una spatola e mescolando dal basso verso l'alto. Distribuite la mousse nei bicchierini e mettete in frigo.

2. Per le mandorle al caramello: fate tostare le mandorle in una padella ben calda per circa due minuti, finché si saranno colorate leggermente. Raccoglietele in una casseruola, unite 1 dl di acqua e lo zucchero, mettete su fuoco vivo e fate cuocere per circa 5 minuti (fino a 118 °C, il grado di cottura del caramello cosiddetto "piccola bolla"). Se non avete un termometro fate così: prelevate una piccola quantità del composto e versatelo in una coppa di acqua ghiacciata. Dovrà formarsi una bolla che dovrà risultare morbida.

3. Levate dal fuoco, aggiungete le mandorle tostate e mescolate bene, finché risulteranno ricoperte da una sorta di pellicola bianca. Rimettete in cottura, a fuoco vivace, e continuate a mescolare finché le mandorle risulteranno perfettamente caramellate. Quindi levate, unite il burro e 2-3 prese di fleur de sel, e mescolate bene.

4. Distribuite il composto su un vassoio, foderato di carta forno spennellata con pochissimo olio, e lasciate raffreddare, separando a mano le mandorle. Al termine spezzettate grossolanamente le mandorle caramellate. Levate le mousse dal frigo, spolverizzatele con un po' di granella e servite.

Budino al cioccolato

Ingredienti (per 6 persone)

150 g di cioccolato fondente al 70%
100 g di burro (più altro per gli stampini)
100 g di zucchero
3 uova
1/2 l di latte
50 g di farina

vi servono inoltre

panna montata
cacao amaro in polvere

Preparazione

1. Sgusciate le uova e separate i tuorli dagli albumi. Raccogliete il burro, lasciato ammorbidire a temperatura ambiente, in una ciotola e lavoratelo fino a ottenere un composto soffice e cremoso. Incorporate i tuorli, uno alla volta, e quindi lo zucchero, e lavorate ancora.

2. Fate fondere il cioccolato a bagnomaria con 1 bicchiere di latte e unitelo al composto preparato. Scaldate il latte rimasto in un'altra casseruola e incorporatelo a filo al composto, mescolando in continuazione.

3. Trasferite tutto in una casseruola dal fondo spesso, mettete sul fuoco, aggiungete la farina e portate a ebollizione. Proseguite la cottura per 2-3 minuti, sempre mescolando, per evitare la formazione di grumi e che il composto si attacchi. Levate e lasciate raffreddare, mescolando ogni tanto.

4. Montate a neve gli albumi e incorporateli al composto, mescolando dal basso verso l'alto. Distribuite il composto negli stampini individuali, imburrati. Mettete in forno caldo a 160-180 °C e fate cuocere a bagnomaria per una mezz'ora o poco più. Poi levate e lasciate raffreddare.

5. Sformate i budini nei piattini individuali, decorate con ciuffetti di panna montata (utilizzando un sac à poche con bocchetta rigata), spolverizzate i ciuffetti di panna con un po' di cacao amaro in polvere e servite.

Torta caprese con le nocciole

Ingredienti (per 6 persone)

250 g di cioccolato fondente al 70%
100 g di cioccolato fondente al 55%
350 g di nocciole già sgusciate
250 g di zucchero
150 g di burro morbido a pezzetti
5 uova
20 g di maizena
20 g di cacao amaro in polvere
2 cucchiaini di lievito in polvere per dolci
50 g di rum scuro

Preparazione

1. Tagliate a tocchetti il cioccolato fondente al 70%, raccoglieteli in una casseruola, unite il burro e fate fondere a bagnomaria. Levate e tenete da parte. Sbattete i tuorli con una frusta con 80 g di zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso.

2. Unite il cacao, 250 g di nocciole, ben tritate, il rum e la fonduta di cioccolato, e mescolate. Aggiungete la maizena con il lievito, setacciati, e mescolate ancora. Montate a neve ben ferma gli albumi con lo zucchero rimasto e incorporate delicatamente al composto, mescolando dal basso verso l'alto.

3. Versate il composto ottenuto in uno stampo a cerniera (da 22 cm di diametro), rivestito con carta forno, mettete in forno già caldo a 170 °C e fate cuocere per 30- 35 minuti. Trascorso il tempo, sfornate e lasciate raffreddare.

4. Intanto, fate fondere il cioccolato fondente al 55% in una casseruola a bagnomaria e tritate grossolanamente le nocciole rimaste. Sformate la torta dallo stampo, velatela con il cioccolato fuso, decorate con le nocciole spezzettate e lasciate solidificare. Portate in tavola e servite.

I LIBRI DI LT EDITORE

IL LIBRO DEL TORTELLO

NOVITÀ

Passione pasta ripiena… un classico ghiotto e gustoso che piace a tutti! Con il nuovo libro di LT Editore scoprirete che preparare la pasta in casa può essere più facile di quanto crediate! Ravioli, tortelli, cappellacci e chi più ne ha più ne metta! Le istruzioni per una pasta all'uovo perfetta. Forme e impasti di ogni tipo che racchiudono ripieni di carne, verdure e pesce e tantissimi sughi e salse per accompagnare al meglio dei primi piatti da re!

LT Editore - 14,90 euro

IL LIBRO DEL POLLO

NOVITÀ

Non esiste ingrediente più presente del pollo in qualunque cucina, ma non pensiate che sia banale, vi sbagliereste di grosso. Tantissime le ricette che rendono un semplice pollo un piatto sopraffino. Il fatto che sia la carne più consumata del mondo dovrà pur essere giustificato in qualche modo, no? Ne Il libro del pollo troverete oltre 50 ricette gustose e per tutte le occasioni per la far figura del grande chef anche con un semplice petto di pollo.

LT Editore - 14,90 euro

L'OCCASIONE FA LO CHEF

Non è facile ideare un menu completo con piatti in sintonia tra loro, ma al tempo stesso variegati. Per lo chef Daniele Persegani questo, invece, non è un problema e il suo terzo libro ne è la dimostrazione. Più di 15 menu dall'antipasto al dolce per tutte le occasioni: dalla cena sul divano di fronte alla tv al picnic di primavera, dall'aperitivo con i colleghi al pranzo formale con i suoceri! In periodo come quello delle feste… un volume che può veramente salvarvi e garantirvi risultati eccezionali per i vostri ospiti.

LT Editore - 19.90 euro

ACCADEMIA MONTERSINO

Oltre 50 ricette per il primo corso di cucina completo dello chef Luca Montersino: la cucina personale dello chef, un mix equilibrato tra tradizione e innovazione in un ricettario completo. Tantissime preparazioni accompagnate da procedimenti fotografici step by step. Sezioni tematiche dedicate a tecniche di cottura e tipologie di lavorazione. Tutte le basi della cucina: dagli impasti base della tradizione italiana e francese alla cottura delle carni, dalla precristallizzazione del cioccolato alle tecniche di preparazione più particolari, dalla scuola per gnocchi e paste fresche alla lavorazione del pesce.

LT Editore - 24,90 euroLT Editore - 24,90 euro

Mensili periodici e collezionabili in edicola questo mese

MARCOPOLO

Questo mese su **Marcopolo** vi portiamo con Carolina Crescentini a scoprire le **Seychelles**: **mare da sogno**, **spiagge e relax** per **vacanze da** re ma anche a **prezzi accessibili**. Gastronomia: **Natale anti-crisi**, i **ristoranti** dove **mangiare bene spendendo poco** e **menu gustosi e low cost** da cucinare a casa.

Inoltre, è in edicola la guida **Diari di Viaggio New York**: tutte le **novità** della Grande Mela, i **must** da non perdere, le **nuove aperture** di alberghi, ristoranti, locali. I consigli per vivere la città **con i bambini**, i luoghi del **divertimento**, lo **shopping** trendy, gli **eventi,** gli **indirizzi** più cool. Con tante **fotografie**, **informazioni** pratiche e **cartine**.

CASE & STILI

Ospite speciale di questo numero di Case&Stili, **Anna Fendi**, signora della moda italiana, apre le porte della sua Tana Blu, la villa al mare nei pressi di Roma, una sinfonia di bianco e di azzurro, dove festeggia il Natale con la sua famiglia. Dalle rive del mar Tirreno a quelle del Tamigi, a **Londra**, nell'appartamento al 17° piano del nuovo complesso Neo Bankside, icona dell'effervescente capitale inglese, e poi a **Madrid**, **Napoli**, **Lenzerheide**, sulle montagne svizzere, per tornare in Italia, a **Udine**, nella casa ricca di contaminazioni di un'altra signora della scena italiana, **Patrizia Moroso**, art director dell'omonimo marchio di arredo. Per il **reportage immobiliare** si torna a **Londra**, dove comprare casa è un investimento sicuro, mentre lo **Speciale** di questo mese esplora le tendenze dell'ambiente giorno, il più vissuto ma anche quello più votato alla socialità.

ALICE KOCHEN

È nelle edicole di Germania, Austria e Svizzera il nuovo numero del magazine Alice Kochen – Das Magazine des guten Geschmacks. Potrete seguire la passione per la cucina anche sul **nuovo canale** in lingua tedesca **Alice**, in onda sulla piattaforma **Astra**, e sul portale web www.alicekochen.de. Il mondo di Alice è un sistema multimediale interamente dedicato alla cultura gastronomica italiana tradizionale e contemporanea, adesso anche internazionale.

IL SEGNO GOURMET DI... GENNAIO

CAPRICORNO
22 Dicembre - 20 Gennaio

Plutone vi vuole autorevoli e determinati, molto concentrati sui vostri fini. Ma Saturno che occuperà prevalentemente un Segno di Fuoco è dell'idea che durante quest'anno sarete anche simpatici, più sportivi, amichevoli e ben disposti. Amicizie frizzanti e nuove stimolanti conoscenze saranno all'ordine del giorno.
Amore: l'anno comporta accattivante calore e molto trasporto anche nelle vincolanti questioni a due, effervescenti, serene e appaganti. Presenta minor necessità di comandare a bacchetta tutto l'entourage!!!
Lavoro: certe ambiziose intenzioni con le quali inaugurerete l'anno sembrano voler concretizzarsi vivacemente e arrivare in fretta in dirittura d'arrivo. Sarà bene poi prepararsi a conquistar sul campo certe belle mete successive…

ARIETE
21 Marzo - 20 Aprile

Il 2015 ha in serbo per voi fattivi incoraggiamenti.
Amore: si tratta di un anno fortemente costruttivo. Situazioni affettive feconde, appaganti e calorose.
Lavoro: avrete una partenza un po' lenta, ma una volta messi bene a fuoco gli obiettivi principali partirete a razzo!

TORO
21 Aprile - 21 Maggio

Nel 2015 superate gli intoppi a tambur battente, con grazia, ironia e costruttività audace.
Amore: il colloquio affettivo si rivelerà meno austero, più gratificante e decisamente dolce.
Lavoro: l'anno si connota subito come assai vitale e vi suggerisce di prender la palla al balzo ogni volta si presenti una occasione.

GEMELLI
21 Maggio - 21 Giugno

In certi settori occorrerà impegnarsi parecchio perché le cose si modifichino al meglio.
Amore: in campo affettivo state trovando un porto sicuro e una situazione stabile e concreta.
Lavoro: vi aspetta una primavera piena di cambiamenti, e potreste poi scegliere un lavoro movimentato e itinerante.

CANCRO
22 Giugno - 22 Luglio

Evitate atteggiamenti passivi: prendete in mano le situazioni che con grinta e volontà.
Amore: sarà dolce ma vigoroso, vitale e decisamente sensuale. Funzionerà anche per dei significativi obiettivi comuni…
Lavoro: non perdete di vista la concretezza fra il vostro impegno e le conseguenti gratificazioni

LEONE
23 Luglio - 22 Agosto

Si tratta di un anno fantastico: Ogni bersaglio verrà accuratamente centrato!
Amore: dialogo, vicinanza emotiva, sincronia e capacità di comunicare sono alla base di un periodo eccellente.
Lavoro: pensate alla grande. Le amiche stelle non mettono alcun limite al vostro entusiasmo.

VERGINE
23 Agosto - 22 Settembre

Le priorità del 2015 riguarderanno questioni familiari e accordi interpersonali.
Amore: sarà vostro il ruolo di guida in famiglia, una responsabilità ma anche un riconoscimento.
Lavoro: per ampliare gli orizzonti del lavoro ci sono situazioni da perfezionare, senza indugi. Giove vi premierà ampiamente…

BILANCIA
23 Settembre - 22 Ottobre

Riconsiderate i vs progetti per adattarli all'anno. Riguadagnate la vs piena autonomia.
Amore: perché aspettar sempre che sia l'altro a fare il primo passo? Siate duttili.
Lavoro: il lavoro richiede un diverso approccio; ampliare i propri orizzonti è una necessità assolutamente prioritaria.

SCORPIONE
23 Ottobre - 21 Novembre

Saturno si defila, ma nell'estate la sua razionalità sarà ancora a vostra disposizione...
Amore: più scherzosi, più disinvolti, più maliziosamente tentatori… Le prospettive sentimentali paion essere deliziose!
Lavoro: nei progetti che vi interesserà portare avanti privilegiate il lato concreto.

SAGITTARIO
22 Novembre - 21 Dicembre

Se si potesse far l'abbonamento sarebbe bello replicare il vs 2015 per parecchi anni!
Amore: la probabilità di vivere un amore caliente e appagante sono altissime!
Lavoro: migliorano i mezzi finanziari e migliora la vita professionale nella quale potrete investire tempo, denaro e attenzioni.

ACQUARIO
21 Gennaio - 19 Febbraio

Urano e Saturno, i vostri pianeti, vi saranno alleati e appoggeranno le vostre istanze.
Amore: promette molto, specialmente se avete intenzioni di consolidare un affetto…
Lavoro: investire nel lavoro vorrà dire riservare alla seconda parte dell'anno la fruizione del raccolto economico del 2015…

PESCI
20 Febbraio - 20 Marzo

Sarà un anno assai intenso sotto il profilo delle emozioni e delle intuizioni finissime…
Amore: chi vi ama vi vorrebbe meno distratti e assorti nel vs mondo.
Lavoro: servono piani precisi, dettagliati, con argomenta-zioni solide. Senza lasciar le cose all'improvvisazione.

Tagliata di manzo ai porcini

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di controfiletto di manzo
4 porcini grossi (o 8 medi)
1 spicchio di aglio
peperoncino
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate i porcini, eliminate la parte radicale e le eventuali parti ammaccate o danneggiate. Passate i funghi con un foglio di carta assorbente da cucina leggermente inumidito, poi tagliateli a fettine.

2. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio, aggiungete i funghi e lasciateli insaporire. Bagnate con il vino bianco, fate evaporare e portate a cottura.

3. Intanto, scaldate per bene una piastra di ghisa, spolverizzatela con qualche granello di sale grosso e adagiate la carne. Fate cuocere la carne 5 minuti per lato, facendo attenzione a non pungerla nel girarla.

4. A cottura ultimata, levate dal fuoco e adagiatela su un tagliere. Lasciate riposare qualche istante, quindi tagliate la carne a fette di circa 1,5 cm di spessore. Distribuite la tagliata nei piatti individuali, aggiungete i funghi, condite con un filo di olio a crudo, sale e una macinata di pepe e servite.

Foto di Sabrina Rossi

ENOGASTRONOMIA

ALTI SAPORI
via Nicola Falconi, 38
Capracotta (Is)
tel. 0865 949141
www.aziendalemiccole.it
www.altisapori.it

ASSOCIAZIONE NAZIONALE CUOCHE A DOMICILIO
via Boccea, 752 - Roma
tel. 340 4121035
www.associazionenazionalecuo-cheadomicilio.it

CASEIFICIO DI NUCCI
area artigianale
Giovanni Paolo II, 8 Agnone (Is)
tel. 0865 77288
www.caseificiodinucci.it

CASEIFICIO PALLOTTA
via Nicola Falconi
Capracotta (Is)
tel. 0865 94262
www.caseificiopallotta.com

EDOARDO LALLI
via Turistica, 1- Pescopennataro (Is)
tel. 339 5871903

FORMAGGI CESE
loc. Ariatella,
Roio del Sangro - (Ch)
tel. 334 1588237 e 338 3470062

LE OFFICINE DEL GUSTO
via Conca d'Oro, 260 - Roma
tel. 392 3833293
www.officinegustoenotecaroma.com

PASTICCERIA PIEMONTESE
via Cocco Ortu, 39 - Cagliari
tel. 070 41365
www.pasticceria-piemontese.com

RIO VERDE TARTUFI
via Dante, 57Borrello (Ch)
tel 0872 945558
www.rioverdetartufi.it

SAPORI DI CASA MIA
Felicetta Argentino
tel. 393 1982487
felicetta.argentino@virgilio.it

HOTEL

LO SCAMORZARO
Contrada Fonte Ginepri, 4
Rosello (Ch)
tel. 0872 948441
cell. 333 1825905
www.agriturismoloscamorzaro.net

MONTAGNA AMICA
via Turistica 100, loc Abeti Soprani
Pescopennataro (Is)
tel. 0865 941419
www.montagnamica.net

RISTORANTI

IL MULINO DI ROIO
Contrada Pelaio, Roio del Sangro - (Ch)
tel. 0872 948544
www.ilmulinodiroio.it

RISTORANTE L'ELFO
via Campanelli, Capracotta (Is)
tel. 0865 949131
www.ristorantelelfo.it

RISTORANTE CHINAPPI FORMIA
via Anfiteatro, 8 - Formia (Lt)
tel. 0771 790002

SANGRI LÀ
piazza V. Emanuele, 3
Roio del Sangro (Ch)
cell 333 6588719, 339 2383483

IDEA CASA

ALESSI
www.alessi.it

BRANDANI
www.brandani.it

BUGATTI
www.casabugatti.it

CERAMICHE BIZZIRRI
www.bizzirri.it

EMILE HENRY
www.emilehenry.com

IPAC
tel. 0573 919074
www.ipacitaly.it

L'ATELIER
via Caroni, 2 Rancate - Svizzera
www.allatelier.com

LE CREUSET
www.lecreuset.es

LÉKUÉ
www.lekue.es

MAUVIEL 1830
www.mauviel.com
distribuito da Maino rappresentanze
Via Giuseppe Piazzi, 1, Milano 02 668 6294

MICROPLANE
www.microplane.com

MEPRA
www.mepra.it

WALD
www.wald.it

A-F

G-O

P-Z

NEL PROSSIMO NUMERO

SEXY COME UNA RAPA ROSSA

Angelica bicolore alla barbabietola

il numero di

FEBBRAIO IN EDICOLA DA FINE GENNAIO

I COLORI DELLA CUCINA
CRÊPES E CRESPELLE
ALLEGATO IL PROSSIMO MESE AD ALICE CUCINA
Facili da preparare, allegre versatili e supergustose. La base perfetta per mille farciture, dolci e salate. Crêpes e crespelle sono proprio così. Quali le differenze? Praticamente nessuna. Identici gli ingredienti: farina, latte e uova; identiche le modalità di cottura: un padellino leggermente unto, un paio di minuti e via; identico l'effetto finale: che siano dolci o salate, quando arrivano a tavola sono una gioia per gli occhi e per il palato. A queste due facce della stessa medaglia è dedicato il prossimo colore della cucina. Un colore ad alto tasso di golosità! Come sempre in allegato al vostro magazine preferito.
PRENOTALO SUBITO IN EDICOLA
A SOLI 4,40 EURO + 1 LIBRO IN OMAGGIO
(oltre al prezzo di copertina)

Menu à la carte

I PIATTI DI ALICE

I GRANDI MAESTRI DELLA CUCINA ITALIANA

Tutti i giorni, ore 0.30

Alfonso Iaccarino racconta passioni personali e segreti professionali. Il Maestro dei due Golfi apre il suo cuore e la sua cucina per svelare i segreti delle sue tecniche, la scelta degli ingredienti, l'importanza del territorio, la sapienza delle cotture, la maestria della mise en place e molto altro, da scoprire insieme in questo viaggio nel passato e nel presente di questo grande Maestro. Lunedì 5: concerto ai profumi e ai sentori di limoni.

BACCALA' CHE PASSIONE

Con Rosaria Renna

Tutti i giorni, ore 20.00

Rosaria Renna ci insegna a conoscere lo straordinario, complesso e goloso mondo del baccalà. Ricette, regionali e straniere, dell'alimento principe di tanti italiani di terra e di mare, fino a pochi anni fa. La riscoperta delle antiche tradizioni, la creatività dei grandi chef al servizio del pesce conservato più saporito che c'è. Nella puntata di giovedì 8 si preparano zuppa di vongole e baccalà, ravioli di baccalà, baccalà con riso venere.

CASA ALICE

Con Franca Rizzi e Daniele Persegani

Tutti i giorni, ore 18.30

Franca Rizzi e lo chef Daniele Persegani conducono il contenitore della cucina italiana su Alice, preparando ricette alla portata di tutti, ospitando prestigiosi chef del territorio con un occhio attento alla gastronomia del nostro Paese. Le festività natalizie sono appena terminate e Franca Rizzi e Daniele Persegani ospitano, nella puntata di lunedì 12, Maria Elena Curzio, la "regina" del riciclo e dei pranzi low budget.

IL DIAVOLO E L'ACQUACOTTA

Con Franco e Angelo Borgna, e Luigi Moneta

Tutti i giorni, ore 22.10

Il Diavolo e l'acquacotta è una food comedy che si sviluppa a ritroso nel tempo, entrando nel magico mondo del Cinquecento italiano e scoprendo un favoloso e antico ricettario. Il Signore di Labro è morto ed è quindi stata indetta una nuova elezione alla quale Franco, Angelo e Luigi vogliono assolutamente partecipare. Ognuno ha un orientamento politico ben preciso anche se basta poco a far cambiar loro idea…

MATTIA A MODO MIO

Con Mattia Poggi

Tutti i giorni, ore 21.45

Mattia Poggi fa tappa a Gressoney la Trinité e Gressoney Saint Jean, in Val d'Aosta. Tra una sciata e una spesa, impegnato ai fornelli con ricette tipiche della tradizione Walser e piatti della cultura valdostana, Mattia ci racconta i sapori di uno dei luoghi più belli di tutta la regione. Nella puntata di venerdì 9 Mattia si trova a Gressoney e invita un po' di amici in cucina per festeggiare l'escursione alla punta del Lys. Grolla e Tegole Valdostane per tutti.

IN PUNTA DI COLTELLO

con Fabrizio Nonis

Tutti i giorni, ore 16.00

Fabrizio Nonis affila i suoi coltelli per prepararci un pranzo di Natale con i fiocchi: arrosti, tacchini, selvaggina e ripieni golosi per celebrare al meglio con le persone care le feste più attese dell'anno. Nella puntata di mercoledì 7 Fabrizio Nonis ci racconta i segreti del taglio di oggi e, con l'aiuto dello chef Stefano Sangion, ci prepara un brasato al ginepro, un classico della stagione invernale.

GLI ORARI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI, VI CONSIGLIAMO DI VERIFICARE LA PROGRAMMAWZIONE SUL SITO WWW.ALICE.TV

visibile su digitale terrestre (canale 221)
satellite (tivùsat canale 40)
e su pc, smartphone e tablet
su www.italiasmart.tv

I MENU DEL MESE

Confort food

C'era una volta

Gourmandises di stagione

LURPAK
BURRO
CLASSICO
CREA LA TUA MAGIA
LA BUONA CUCINA MERITA LURPAK®